

PLANNING DES COURS COLLECTIFS

LUNDI

19h00 - 20h00
Yoga du rire
Avec Sandrine

MARDI

18h00 - 19h00
Yoga Hatha
Avec Isabelle

MERCREDI

12h30 - 13h30
Pilates Fusion
Avec Ali

18h30 - 20h30
**Breathwork
Energétique**
Avec Anna

VENDREDI

12h15 - 13h30
Yoga Vinyasa
avec Julie

19h00 - 20h00
Yoga & Handpan
avec Gabriella

SAMEDI

9h30 - 10h30
Pilates
(renforcement
musculaire)
Avec Ali

10h45 - 11h45
Yoga Anahata Flow
Avec Ali

DIMANCHE

10h00 - 11h00
Pilates Fusion
Avec Ali

14h30 - 15h30
Qi Qong
Avec Rolland



Infos et inscriptions en scannant ce QR code
ou sur www.iaso-spaces.com

IASO™