

# COURS COLLECTIFS — RENTRÉE 2025

## LUNDI

18h15 - 19h15  
**Hatha Yoga Doux**  
Avec Olivia

19h20 - 20h20  
**Yoga du rire**  
Avec Sandrine

## MARDI

18h00 - 19h00  
**Yoga Hatha**  
Avec Isabelle

## MERCREDI

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

## VENDREDI

## SAMEDI

9h30 - 10h30  
**Power Sculpt  
Pilates**  
avec Ali

10h45 - 12h45  
**Yoga Kundalini**  
avec Sabrina

## DIMANCHE

10h00 - 11h00  
**Pilates**  
avec Ali



Infos à l'accueil. Inscrivez-vous en scannant  
ce QR code ou sur [www.iaso-spaces.com](http://www.iaso-spaces.com)

IASO™