

PLANNING

Les rendez-vous hebdomadaires

Lundi

9h30-10h30

Morning Flow

MEDOUCEO, St Elix Le Château

Mardi

12h00-13h00

Hatha-Vinyasa

ESPACE INDIGO, Muret

18h00-19h00

Hatha-Vinyasa

COMPLEXE DES PYRÉNÉES, Lafitte-Vigordane

19h15-20h15

Vinyasa Flow

COMPLEXE DES PYRÉNÉES, Lafitte-Vigordane

Mercredi

16h30-17h30

Yoga Adapté

VILLA SANTÉ, Toulouse

17h45-18h45

Hatha-Vinyasa

VILLA SANTÉ, Toulouse

19h00-20h00

Vinyasa Flow

VILLA SANTÉ, Toulouse

Jeudi

12h30-13h30

Hatha-Vinyasa

PETIT TRAPÈZE, Carbonne

18h00-19h00

Hatha-Vinyasa

ESPACE INDIGO, Muret

19h15-20h15

Vinyasa Flow

ESPACE INDIGO, Muret



Chaque séance pourra
être adaptée à l'énergie
du moment, avec un
autre rythme et une
pointe de Yin ici ou là.
Merci de votre
confiance !

Y