

Planning Hebdomadaire – Studio Yoga 6 Bis

Lundi – Mardi – Mercredi

Période	Lundi	Mardi	Mercredi
Matin	● 09h00 – Morning Flow (Valentin)	● 09h00 – Morning Flow (Alexis)	
Après-midi		● 12h15 – Yoga Renfo (Alexis)	
Soir	● 20h30 – Yin Restorative (Alexis)	● 20h30 – Vinyasa 1 (Clara)	● 19h00 – Yin & Bols chantants (Clara) ● 20h15 – Vinyasa 2 (Alexis)

Jeudi – Vendredi – Samedi – Dimanche

Période	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Matin		● 09h00 – Yoga Renfo (Alexis) ● 10h30 – Munz Floor (Karine)	● 09h00 – Morning Flow (Alexis) ● 10h30 – Morning Flow (Alexis)	● 09h00 – Ashtanga (Alexis ou Manolie) ● 11h00 – Morning Flow (Alexis)
Après-midi	● 14h00 – Yoga Douceur (Yael)	● 12h15 – Vinyasa 1 (Alexis)	● 12h00 – Vinyasa 2 (Manolie)	
Soir	● 19h00 – Dragon Flow – Qi Gong (Manolie) ● 20h30 – Yin Profond (Manolie)	● 19h00 – Ashtanga (Manolie)		● 17h30 – Yin Profond (Alexis)

Légende : ● Ashtanga | ● Vinyasa / Yoga Renfo | ● Morning Flow | ● Yin / Restorative | ● Qi Gong / Munz Floor / Yoga Douceur