

HORAIRE AUTOMNE 2018 - du 17 septembre au 15 décembre



Cours à la carte
Cours sur inscription
⊕ Contribution volontaire

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
Yoga Doux Adapté 10 h 30 - 11 h 30 <i>Renée-Claude</i>	Yoga Prénatal 9 h 30 - 11 h <i>Valérie</i>	Yoga ☀️ 6 h 30 - 7 h 30 <i>Lissa</i>	Yoga Doux et Sons 9 h 30 - 11 h <i>Lissa</i>		Hatha Yoga 9 h - 10 h30 <i>Prof surprise</i>	
Yoga Flow 12 h 15 - 13 h 15 <i>Renée-Claude</i>		Hatha Yoga 9 h 30 - 11 h <i>Lissa</i>	Yoga Postnatal avec Bébés 13 h 30 - 15 h <i>Valérie</i>	Yoga Doux 10 h - 11 h 30 <i>Lissa</i>		
	Intro au Yoga 14 h 30 - 16 h 30 <i>Valérie</i> <i>(début le 25 sept.)</i>	Méditation Bouddhiste 14 h - 15 h 30 <i>Thong Luu</i> ⊕	Détente Profonde 15 h 30 - 16 h 30 <i>Claire</i>	Yoga Doux Adapté 13 h - 14 h <i>Renée-Claude</i>	YOGA EN COURS PRIVÉ horaire sur mesure Contactez-nous! DÉTAILS DES ATELIERS ET ÉVÉNEMENTS voir ocentre.ca et notre Facebook	
Hatha Yoga 18 h 30 - 20 h <i>Valérie</i>	Yoga Flow 17 h 15 - 18 h 15 <i>Valérie</i>		Yoga Flow 17 h 15 - 18 h 15 <i>Isabelle</i>			
Intro au Yoga 18 h 30 - 20 h 30 <i>Isabelle</i> <i>(début le 24 sept.)</i>	Gym Douce Feldenkrais ^{MD} 18 h 30 - 19 h 30 <i>Chantal</i>	Hatha Yoga 18 h 30 - 20 h <i>Lissa</i>	Yoga Prénatal 18 h 30 - 20 h <i>Valérie</i>			