

YOGA/PILATES/MÉDITATION - PRINTEMPS-ÉTÉ 2022



1^{ère} SESSION : 2 MAI AU 23 JUIN (7 séances)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Après-midi		Yin yoga Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	Pilates multi-niveaux Sandra 12h15 à 13h15 - 0947	Yoga pilates Sandra 12h15 à 13h15 - 0947
Soirée				Yoga prénatal Sandra 16h30 à 17h30 - 0957
	Pilates multi-niveaux Sandra 17h30 à 18h30 - 0947	Yoga pilates Delphine 18h à 19h - 0947	Vinyasa power Sandra 17h30 à 18h30 - 0957	Vinyasa flow Delphine 17h30 à 18h30 - 0947
		Pilates multi-niveaux Delphine 19h15 à 20h15 - 0947	Yin yoga Jennifer 19h à 20h - 0957	Yoga pilates Delphine 18h45 à 19h45 - 0947

2^e SESSION : 27 JUIN AU 4 AOÛT (6 séances)

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI
Après-midi				
Soirée		Yoga pilates estival Delphine 17h15 à 18h15 Extérieur ou 0947	Vinyasa flow estival Sandra 17h à 18h Extérieur ou 0957	
		Pilates multi-niveaux estival Delphine 18h30 à 19h30 Extérieur ou 0947	Pilates multi-niveaux estival Sandra 18h30 à 19h30 Extérieur ou 0947	

Séances annulées du 9 au 13 mai problématique de locaux (Championnat nage artistique)

Tarifs à la pièce : ÉM et M 12 \$; NM 14 \$. Carte de 10 séances ÉM et M 110 \$; NM 130 \$

Billets disponibles à la réception du PEPS jusqu'à 1 semaine avant le cours