


	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	
A M	Yoga Initiation Audrey 11h à 12h - 0957	Pilates multi-niveaux Delphine 11h à 12h - 0947	Yoga pilates Marie-Claude 11h à 12h - 0947	Yoga Initiation Carolanne 11h à 12h - 0947		
		Yoga Détresse-toi Andy 11h à 12h - 0957	Power Yin Delphine 11h à 12h - 0957			
P M	Vinyasa flow Audrey 12h15 à 13h15 - 0957	Yoga pilates Delphine 12h15 à 13h15 - 0947	Pilates multi-niveaux Marie-Claude 12h15 à 13h15 - 0947	Vinyasa power Carolanne 12h15 à 13h15 - 0947		
	Pilates multi-niveaux Delphine 12h15 à 13h15 - 0947	Yin Yoga Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	Vinyasa power Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	Yin Yoga Sandra 12h15 à 13h15 - 0957		
	Yoga pilates Delphine 13h30 à 14h30 - 0947	Vinyasa flow Sandra 16h30 à 17h30 - 0957	Pilates multi-niveaux Delphine 16h30 à 17h30 - 0947	Yoga fit abdos Sandra 16h30 à 17h30 - 0947		
			Yin Yoga Marilyn 16h30 à 17h30 - 0957	Exploration yoga Marie-Pier 16h15 à 17h15 - 0957		
				Vinyasa power Marilyn 17h30 à 18h30 - 0957		
S O I R É E	Vinyasa power Marilyn 17h45 à 18h45 - 0957	Yoga pilates Marie-Claude 17h45 à 18h45 - 0947	Exploration yoga Marilyn 17h45 à 18h45 - 0957	Pilates multi-niveaux Marie-Claude 17h45 à 18h45 - 0947	SAMEDI ***** Yoga parent-jeune 0957 *****	
	Yoga Initiation Marilyn 19h à 20h - 0957	Yoga Initiation Audrey 18h à 19h - 0957	Vinyasa power Delphine 18h à 19h - 0947	Vinyasa flow Marie-Pier 18h45 à 19h45 - 0957		
		Pilates multi-niveaux Marie-Claude 19h à 20h - 0947	Yoga Relaxation Marc-Olivier 19h à 20h - 0957	Yoga pilates Marie-Claude 19h à 20h - 0947		
		Yin Yoga Audrey 19h15 à 20h15 - 0957	Yoga Initiation Marc-Olivier 20h15 à 21h15 - 0957	Yoga Relaxation Marie-Pier 20h à 21h - 0957		

1. Aucun cours du 26 au 30 octobre (semaine de lecture).

2. Séances annulées lundi 12 octobre (Action de Grâce). Reprise le vendredi le lundi 21 décembre.

Tarif à la pièce : ÉM et M 10,50 \$; NM 14 \$. Carte de 10 séances : ÉM et M 100 \$; NM 126 \$.