

# HORAIRE HIVER / PRINTEMPS 2018

4 AU 30 JUIN 2018

 ORIGINE YOGA	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h à 10h				Zen Yoga Anti-stress (tous) Marie-Claude Gosselin	Abdo Yoga adapté (55 ans+) Diane Daigneault	Hatha Flow (débutant) Evelyne Boudreau	
10h15 à 11h15			Yoga Doux (tous) Diane Daigneault		Hatha Flow (tous) Cindy Laverrière		
11H30 À 12h30			Maman-bébé Diane Daigneault <u>11h30 à 12h15</u>		Yoga Adapté (Mobilité réduite et/ou autres) Cindy Laverrière		
11H30 À 12h15					Yoga-Poussettes et Yoga-Marche Diane Daigneault <b>10h30 à 11h30</b>	<u>Point de rencontre :</u> Pont de l'Île Ste-Thérèse	<b>LES ATELIERS DES BEAUX- DIMANCHES</b> (VOIR FACEBOOK)
17h30 à 18h30	Yoga Restaurateur (tous) Dr. Bali Evelyne Boudreau	Yoga Prénatal Diane Daigneault		Yoga Rondeurs (tous) Chantal Proulx		<b>ESPACE FORMATION</b> (VOIR FACEBOOK)	
19h30 à 20h30	Hatha Flow (tous) Cindy Laverrière	Yin Yang Yoga Marie-Claude	Hatha Yoga (débutant) Cindy Laverrière	Méditation Pleine Conscience (tous) Frédéric Boucher	<b>LES VENDREDIS EN MUSIQUE</b> (VOIR FACEBOOK)		