



I.YOGA.ROUEN

HORAIRES COURS

7:00-8:00				
9:30-11:00				ASANAS B
11:15-12:45				YOGA ASANAS pour le stress
12:00-13:00	YOGA ON LINE		YOGA ON LINE	
13:00-14:30				14:00-16:00
14:30-16:30				STAGES EN SALLE / STAGES ON LINE
17:30-19:00	YOGA ASANAS tous niveaux	ASANAS R	YOGA ASANAS tous niveaux	
19:15-20:45	YOGA RESTAURATIF	ASANAS B	YOGA RESTAURATIF	ASANAS B
21:00-22:30	YOGA ASANAS tous niveaux			ASANAS R