**STUDIO VIDA YOGA DÉCEMBRE 2019**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | VENDREDI | SAMEDI | DIMANCHE |
| **10H00-11H15**HATHA YOGA *Michel* | **10H00-11H15**YOGA DOUX*Fatima* | **10H00-11H15**HATHA YOGA *Michel* | **10H00-11H15**VIDA YOGA*July*  | **10H00-11H15**HATHA YOGA *Michel* | **10H00-11H15**VIDA YOGA*Carole* | **10H00-11H00**YOGACHI **Fin 16 décembre***Thalie* |
|  | **10H00-11H00**YOGA SUR CHAISE**\*Local de la Fadoq****2050 rue king O.****Fin 18 décembre***July* |  |  |  | **14H00-15H15**ENTRAINEMENT SPINAL**Fin 15 décembre***France* | **14H00-15H00**Yoga Parents & enfants*Carole***\*Le 15 Décembre****\*sur réservation** |
|  |  | **16H45-18H00**VINYASA YOGA*Carole* |  |  |  |  |
| **18H00-19H15**VIDA YOGA *July* | **17H30-18H45**HATHA YOGA *Michel* |  |  |  |  |  |
| **19H30-20H45**INTRODUCTION AU YOGA**Fin 17 décembre***July* | **19H00-20H00**YOGACHI *Thalie* | **19H45-21H00**YIN YOGA DÉTENTE*Sonia* | **19H00-20H30**HATHA FLOW YOGA*Michel* |  | **MAC:Users:mac:Desktop:VIDA YOGA:Logo vida:logo fond blanc soleil vida yoga.pdf** |  |

**Inscription en tout temps !!** Le studio est ouvert 20-30 min. avant et après les heures de cours.

Réservation requise en ligne à **studiovidayoga.com**

**S.v.p. notez que le studio sera fermé le 24-25-26 et 31 décembre 2019 et le 1-2 janvier 2020. Joyeuses fêtes !!!**

**\*Classe spéciale des fêtes Yin Yoga le 30 décembre à 19h30. Réservez votre place en ligne.**