

PLANNING DES COURS

DE YOGA ET DE PILATES

2025 - 2026

LUNDI

PILATES

08h30 - 09h30

18h00 - 19h00

19h15 - 20h15

MARDI

YOGA

17h30 - 18h30

18h45 - 19h45

MERCREDI

YOGA

09h30 - 10h30

11h00 - 12h00

YOGA NIDRA RELAXATION

12h15 - 13h15

VOYAGE SONORE (1 fois par mois)

18h00 - 19h15

JEUDI

YOGA

09h30 - 10h30

18h00 - 19h00

PILATES

12h30 - 13h30

YOGA / RELAXATION

Sylvie VILOTTA

PILATES

Sylvie Le PELTIER



Centre Ananda Yoga

Flashez-moi !