



# Emploi du temps Septembre 2026 - Juillet 2027

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h00	09h00- 10h15 Hatha-Yoga		09h00- 10h00 Prénatal		09h00- 10h15 Hatha-Yoga	09h00- 10h15 Hatha-Yoga
10h00						10h30- 11h30 Yoga Pilates
11h00						<i>Cours assurés à Valady</i>
12h00						
13h00	12h30- 13h45 Hatha-Yoga		12h30- 13h30 Yoga Pilates	12h30- 13h30 Yoga Pilates	12h30- 13h30 Yoga à thème	
14h00						14h00-17h00  - 1 fois / mois -  Atelier philosophie (01h30) - et - Mouvement anatomie Yoga (03h00)
15h00						
16h00	<i>Cours assurés à Valady</i>				16h00- 17h15 Hatha-Yoga	
17h00	17h00- 18h15 Hatha-Yoga					
18h00	18h30- 19h45 Hatha-Yoga	18h00 - 19h15 Hatha-Yoga	17h30- 18h45 Hatha-Yoga	18h00- 19h15 Hatha-Yoga	18h00- 19h15 Hatha-Yoga	
19h00	20h00- 21h15 Hatha-Yoga	19h30- 20h45 Hatha-Yoga	19h00 - 20h15 Hatha-Yoga	19h30- 20h30 Méditation <i>- Lors des vacances scolaires seulement -</i>	19h30- 20h45 Hatha-Yoga	
20h00			20h30- 21h30 Yoga Nidra			
21h00						



Stage de Yoga pour les enfants pendant les vacances scolaires