

PLANNING DES COURS - rentrée 2022

(à partir du 1er septembre)

Réservez sur le planning

www.nataparis.com

LUNDI

10h45	Hatha	1-2	Pamela	75 min
12h15	Vinyasa	1-2	Derwinn	90 min
18h30	Hatha Flow	1	Ariane	75 min
20h15	Vinyasa	1-2	Grégory	75 min

MARDI

9h30	Hatha Flow	1-2	Pamela	60 min
10h45	Yoga doux	Tous	Catherine	75 min
12h15	Hatha	2	Derwinn	90 min
18h30	Hatha Flow	1-2	Pamela	75 min
20h00	Yin Yoga	Tous	Victorien	75 min

MERCREDI

10h15	Vinyasa	1-2	Millie	60 min
11h30	Yoga doux	-	Elodie	60 min
12h45	Hatha	1-2	Elodie	75 min
18h30	Hatha	1	Aloÿs	60 min
19h45	Méditation	Tous	Aloÿs	30 min
20h30	Hatha	1-2	Aloÿs	75 min

JEUDI

9h30	Hatha Flow	1-2	Pamela	60 min
10h45	Yoga doux	Tous	Catherine	75 min
12h15	Vinyasa	1-2	Derwinn	90 min
18h30	Vinyasa	1-2	Millie	75 min
20h00	Yin Yoga Sonore	Tous	Alisonne	75 min

VENDREDI

10h00	Yoga doux	Tous	Elodie	60 min
11h15	Hatha	1	Elodie	60 min
12h30	Hatha	2	Elodie	90 min
18h00	Vinyasa	1-2	Grégory	60 min
19h15	Yin Yoga	Tous	Grégory	60 min

SAMEDI

10h00	Vinyasa	1-2	Ariane	75 min
11h30	Yoga interactif	1-2	Pamela & Grégory	90 min
14h00	Hatha	2-3	Derwinn	120 min

DIMANCHE

9h30	Méditation	Tous	Pamela	30 min
10h15	Hatha Flow	1-2	Pamela	60 min
11h30	Vinyasa	1-2	Ariane	75 min
16h30	Yin Yoga Sonore	Tous	Alisonne	75 min
18h00	Hatha	1-2	Aloÿs	90 min
19h45	Méditation	Tous	Aloÿs	30 min
20h30	Hatha	1	Aloÿs	60 min