



PLANNING AIX 2020/2021

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	9h - 10h30 Mysore <i>Clara</i>	9h - 10h15 Ashtanga <i>Caroline</i>	9h - 10h30 Ashtanga <i>Marie</i>	9h30 - 10h45 Vinyasa Krama <i>Maria</i>	9h00-10h15 Vinyasa Krama <i>Alternances</i>	
	11h00 - 12h00 Pilates <i>Clara</i>	10h30-11h45 Vinyasa Krama <i>Caroline</i>	11h00 - 12h00 Aéro <i>Marie</i>	11h - 12h Yin Yoga <i>Maria/Marie</i>	10h30-11h45 Ashtanga <i>Alternances</i>	
12h15 - 13h30 Ashtanga pour tous <i>Camille</i>	12h15 - 13h30 Ashtanga <i>Clara</i>	12h15 - 13h45 Ashtanga 1e série dirigée <i>Maria / Marie</i>	12h15 - 13h45 Mysore <i>Marie</i>	12h15 - 13h30 Ashtanga <i>Marie</i>	(une fois/mois, les deux cours sont transformés en un cours 1e série dirigée en full Vinyasa de 9h à 11h30)	
		14h30 - 15h30 Ashtanga les bases <i>Marie</i>	14h30 - 15h30 Hatha <i>Marie</i>			
		16h30 - 17h30 Yoga jeune ado <i>Marie</i>				
18h00 - 19h15 Vinyasa Krama <i>Maria</i>	18h00 - 19h Ashtanga <i>Juliette</i>	18h00 - 19h Yoga de la voix <i>Nicolas</i>	18h00 - 19h15 Ashtanga <i>Caroline</i>			
19h30 - 20h30 Hatha Yoga <i>Maria</i>	19h15 - 20h30 Prana Vashya <i>Juliette</i>	19h15 - 20h30 Ashtanga <i>Nicolas</i>	19h30 - 20h45 Ashtanga exploration 2ème série <i>Caroline</i>			