

# PLANNING YAMA YOGA EN LIGNE 2024-2025

**LUNDI**

12h15 - 13h30  
Ashtanga  
explorations  
Camille

19h30 - 20h30  
Hatha yoga  
Maria

**MARDI**

7h30 - 9h  
1re série dirigée  
Virginie

12h15 - 13h30  
Ashtanga  
Justine

**VENDREDI**

11h - 12h  
Yin Yoga  
Maria