NOVEMBRE 2022

Inscriptions en tout temps, réservation requise à studiovidayoga.com

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00-11h15 Hatha Yoga Michel		10h00-11h15 Hatha Yoga Michel		10h00-11h15 Hatha Yoga Michel	10h00-11h15 Vida Yoga flow Éric	
					14h00-15h00 Yoga parents & enfants Sarahel *Le 19 novembre	
17h45-19h00 Vinyasa Yoga Carole	17h45-19h00 Hatha Yoga Marie-Josée	17h45-19h00 Vinyasa Yoga Carole		19h00-21h00 Atelier Yoga et Musique Live *2 décembre		
19h15-20h30 Introduction au Yoga - Complet July	19h15-20h30 Kundalini Yoga Lisandre	19h30-20h45 Yin Yoga détente Éric	19h00-20h15 Hatha flow Yoga Michel	19h00-21h00 Concert de bols de cristal... *16 décembre		

Réservations requises à studiovidayoga.com Horaire sujet à changement.

Retraite de Yoga à Spa Eastman du 2 au 4 décembre, réservation à spa-eastman.com