



JANVIER 2026

1 Cours d'essai GRATUIT *nouveau client
Du 12 au 18 janvier, venez essayer nos cours!



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00-11h30 Hatha Yoga Michel		10h00-11h30 Hatha Yoga Michel		10h00-11h30 Hatha Yoga Michel	10h00-11h15 Yoga Doux Eric	Porte ouverte Du 12 au 18 jan 1 Cours d'ess GRATUIT *nouveau cli
17h45-19h00 Vinyasa Yoga Débutant Eric	18h00-19h15 Introduction au Yoga Mélanie	18h00-19h00 Pilates Carolina			Méditation guidée L'ancrage 16 Janvier 18h30-19h30 avec Cléophee 20\$ *réservez par virement à cleophee.s@hotmail.com 819-640-6144	
19h15-20h30 Introduction au Yoga July	19h15-20h30 Yoga Danse Érika *Dès le 20 janvier	19h15-20h30 Yin Yoga détente Eric	19h00-20h15 Hatha Yoga Yoga Michel			

Réservation requise en ligne à studiovidayoga.com