



# AVRIL 2026

**Nouvelle session Printemps**  
**Inscription à [studiovidayoga.com](http://studiovidayoga.com)**



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	
17h45-19h00 Vinyasa Yoga Débutant Eric	18h00-19h15 Introduction au Yoga Mélanie	18h00-19h00 Pilates Carolina				
19h15-20h30 Introduction au Yoga July <i>*dès le 13 avril</i>		19h15-20h30 Yin Yoga détente Eric	19h00-20h15 Hatha Yoga Yoga Michel			

**Méditation guidée**  
**L'ancrage**  
**1 mai 18h30-19h30**  
avec Cléopée  
20\$ \*réservez par virement  
à [cleophee.s@hotmail.com](mailto:cleophee.s@hotmail.com)  
819-640-6144

**S.v.p. Notez que le studio sera fermé le 5-6 avril Joyeuse Pâques!**  
**Réservez vos cours en ligne à [studiovidayoga.com/horaire](http://studiovidayoga.com/horaire)**