



YOGA HARMONIE

Session d'automne 2018

Du 10 septembre au 21 décembre* (14 semaines)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi*
9h-10h30 Somayog Geneviève	9h-10h15 Hatha Flow Tous Niveaux Geneviève	9h15-10h15 Yoga Maman Bébé Sabrina et Geneviève	9h-10h15 Vinyasa Dynamique Carole	9h30-11h Hatha Flow Tous Niveaux Ève	9h-9h45 Yoga Parent & Mini Yogi 3 à 5 ans Audrey
	10h30-12h Yoga Douceur & Méditation Geneviève	10h45-12h Yoga Prénatal Sabrina	10h30-12h Yoga Douceur & Méditation Carole		10h-11h Yoga Parent Enfant 6 ans et + Audrey
17h-18h15 Yoga Débutant Ève	13h30-15h Yoga Débutant – Introduction Audrey	13h30-15h Somayog Geneviève			11h15-12h30 Hatha Flow Tous Niveaux Audrey
18h30-19h45 Yoga Prénatal Geneviève	18h30-19h45 Somayog Geneviève	18h30-19h45 Hatha Flow Tous Niveaux Estelle	18h30-19h45 Yoga Débutant Ève	18h30-20h Yoga du Coureur* Isabelle	Dimanche 19h-20h Méditation & Gong Geneviève
20h-21h30 Yoga Intermédiaire Avancé Geneviève	20h-21h30 Yoga Intermédiaire et Gong Geneviève	20h-21h30 Yoga Débutant Estelle	20h-21h30 Hatha Flow Tous Niveaux Ève	Ateliers et conférences Consulter notre site pour les dates et sujets à venir	

*Relâche du 30 novembre au 7 décembre pour voyage de yoga.

*Cours du samedi 1 semaine sur 2: 22 septembre, 6 et 20 octobre, 3 et 17 novembre, 1^{er} et 15 décembre.

*Dates du cours Yoga du Coureur : 21 et 28 septembre, 5, 19, 26 octobre, 2, 16, 23 et 30 novembre.

Bienvenue à tous!

www.yogaharmonie.com

450-658-2031

info@yogaharmonie.com