

Horaire des ateliers

Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			Yoga matinal 10h à 11h	Yoga matinal 10h à 11h		Yoga matinal 10h à 11h
	Yoga restauratif 15h45 à 16h45	Bases techniques du pilates 15h30 à 16h30		Automassage 15h30 à 16h30	Yoga restauratif 15h45 à 16h45	

Les cours sont adaptés pour tous

Coût de 25\$ par cours

Inscription à la réception