

SESSION PRINTEMPS 2018 : 9 AVRIL AU 3 JUIN 2018

| LUNDI | MARDI | MERCREDI | JEUDI | DIMANCHE |
|---|--|--|--|--|
| | 10h15- 11h30 Pranayama et Kripalu <i>Marie Laferrière</i> | | 10h15- 11h30 Kripalu et Exploration Hatha Postural <i>Marie Laferrière</i> | 10h30 à 11h45 Yoga Rondeurs <i>Carole Ann Bilodeau</i> |
| | 14h-15h15 Hatha Kripalu <i>Marie Laferrière</i> | | | |
| 17h00 à 18h15 Vini Yoga <i>Fernande Surprenant</i> | | | 17h00 à 18h15 <u>DEMI-SESSION</u> Yin Yoga <i>Marie Laferrière et Fernande Surprenant</i> | |
| 18h30-19h45 <u>DEMI-SESSION</u> Yoga pour sportif <i>Fernande Surprenant</i> | 18h30-19h45 Hatha Kripalu <i>Marie Laferrière</i> | 18h30 à 19h45 Relaxation profonde <i>Suzanne Moorhead</i> | | |
| | | 20h00 à 21h15 Yoga Créatif <i>Fernande Surprenant</i> | 20h00 à 21h15 Flow et Restaurateur <i>Louise Picard</i> | |

N.B. DEMI-SESSION OFFERT, LE LUNDI 18H30 ET JEUDI 17H00