



LE STUDIO BLANC

Horaires des cours 2019 - EN VIGUEUR DES LE **10 juillet 2019**

	Dimanche	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
LA MATINÉE		9h30-11h00 YOGA POUR RETRAITÉS! Guylaine Leblanc *Inscription obligatoire	10h00-11h30 YOGA KUNDALINI Tous niveaux Puranbir Kaur *Bienvenue aux nouvelles mamans et à leurs poupons		10h00-11h15 YOGA + MÉDITATION KUNDALINI Puranbir Kaur	9h30-11h00 STRETCHING, MÉDITATION, RESPIRATION Guylaine Leblanc	
LE MIDI		11h30-13h00 YOGA POUR RETRAITÉS! Guylaine Leblanc *Inscription obligatoire			12h00-13h00 MÉDITATION 60 MINUTES Monique Guilbeault		
L'APRÈS-MIDI							
L'APRÈS-TRAVAIL		17h30-19h00 YOGA KUNDALINI DYNAMIQUE Puranbir Kaur		17h30-19h00 SOFT YOGA KUNDALINI Monique Guibault De retour dès le 4 septembre!			
LE SOIR		19h30-21h00 YOGA KUNDALINI DYNAMIQUE Puranbir Kaur			19h-20h30 YOGA PRÉNATAL Judith Blondeau De retour dès le 5 septembre!		