

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	
A M			Destresse-toi yoga Andy 9h à 10h - 0947			
			Yoga initiation Maude 9h30 à 10h30 - 0957	Yoga vitalité Marie-Pierre M. 9h30 à 10h30 - 0947		
	Yoga initiation Andy 11h à 12h - 0957	Hatha doux introspectif Amanda 9h45 à 10h45 - 0947	Yoga pilates Marie-Claude 11h à 12h - 0947	Yoga initiation Marie-Pierre M. 11h à 12h - 0947	Yoga pilates Karine 11h à 12h - 0947	
	Yoga pilates Joanie 11h à 12h - 0947	Pilates multi-niveaux Amanda 11h à 12h - 0947	Power yin Delphine 11h à 12h - 0957	Yoga méditatif Sandra 11h à 12h - 0957		
P M	Vinyasa power Joanie 12h15 à 13h15 - 0957	Yoga pilates Amanda 12h15 à 13h15 - 0947	Pilates multi-niveaux Marie-Claude 12h15 à 13h15 - 0947	Vinyasa power Marie-Pierre M. 12h15 à 13h15 - 0947	Méditation pleine conscience Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	
	Pilates multi-niveaux Karine 12h15 à 13h15 - 0947	Yin Yoga Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	Méditation pleine conscience Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	Yin Yoga Sandra 12h15 à 13h15 - 0957	Pilates multi-niveaux Karine 12h15 à 13h15 - 0947	
	Yoga pilates Karine 13h30 à 14h30 - 0947		Yoga pilates Marie-Pier D 14h à 15h - 0947		Yoga pilates Karine 13h30 à 14h30 - 0947	
	Vinyasa power Marie-Pier D. 16h à 17h - 0947					
	Yoga initiation Marie-Pierre M. 16h15 à 17h15 - 0957	Vinyasa power Marie-Pier D. 16h15 à 17h15 - 0947	Pilates multi-niveaux Delphine 16h30 à 17h30 - 0947	Yoga pilates Marie-Pier D. 16h15 à 17h15 - 0947		
	Yoga pilates Marie-Pier D. 17h15 à 18h15 - 0947	Yoga initiation Audrey 17h45 à 18h45 - 0957	Yin yoga Marilyn 16h30 à 17h30 - 0957	Vinyasa power Mona 17h30 à 18h30 - 0957		
S O I R É E	Vinyasa power Marie-Pierre M. 17h45 à 18h45 - 0957	Yoga pilates intense Marie-Claude 17h45 à 18h45 - 0947	Exploration yoga Marilyn 17h45 à 18h45 - 0957	Pilates multi-niveaux Marie-Claude 17h45 à 18h45 - 0947	SAMEDI ***** Yoga parent-jeune 0957 *****	
		Vinyasa flow Audrey 19h à 20h - 0957	Yoga relaxation Marc-Olivier 19h à 20h - 0957	Vinyasa flow Delphine 18h45 à 19h45 - 0957		
	Yoga relaxation Marie-Pierre M. 19h à 20h - 0957	Pilates multi-niveaux Marie-Claude 19h à 20h - 0947	Vinyasa power Delphine 18h à 19h - 0947	Yoga pilates Marie-Claude 19h à 20 - 0947		
		Yin Yoga Audrey 20h15 à 21h15 - 0957	Yoga initiation Marc-Olivier 20h15 à 21h15 - 0957	Pilates multi-niveaux Delphine 20h à 21h - 0957		

1. Séance annulée le lundi 14 octobre (action de Grâces) reprise le 16 décembre

2. Aucun cours du 28 oct. au 1 novembre (semaine de lecture)

3. Séance annulée le vendredi 6 déc. (Fête de l'Université) reprise le 20 déc.

4. Places offertes avec inscription obligatoire et quelques places sont disponibles à la pièce

Tarif à la pièce : ÉM et M 10,25 \$; NM 13,25 \$. Carte de 10 séances ÉM et M 97 \$; NM 122 \$