

PLANNING

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	
11h						L'ATELIER FLOW sophro & coaching	10h30
12h		SOPHRO individuel					
12h30			MEDITATION Apaiser le mental	MEDITATION Apaiser le mental		SOPHRO Se découvrir	12h30
13h30						VINYASA	
		COWORKING silencieux	COWORKING silencieux	COWORKING silencieux	COWORKING silencieux	BAR A SOPHRO individuel	
		BAR A SOPHRO individuel	BAR A SOPHRO individuel	BAR A SOPHRO individuel	BAR A SOPHRO individuel		
						MEDITATION Apaiser le mental	14h30
						L'ATELIER DANSE LIBRE danse & coaching	16h
						SOPHRO individuel	
						COACHING POSITIF	17h30
						YIN	
19h	L'ATELIER RECONNEXION A SOI énergies & coaching	L'ATELIER FLOW sophro & coaching	SOPHRO Se découvrir (site & online)	SOPHRO individuel	SOPHRO Se découvrir	VINYASA DOUX	19h
	VINYASA DYNAMIQUE	YOGA & WORK	HATHA				
20h				YIN A LA BOUGIE			20h