

# PLANNING

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