



# DÈS LE 9 SEPTEMBRE

Du 9 au 15 septembre essais à 5\$ \*pour les nouveaux clients. Réservations requises en ligne



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00-11h15 Hatha Yoga Michel		10h00-11h15 Hatha Yoga Michel	10h00-11h15 Yoga Doux July	10h00-11h15 Hatha Yoga Michel	10h00-11h15 Yoga Doux Eric	
				14h00-15h15 Yin Yoga détente July		
17h45-19h00 Vinyasa Yoga Eric	17h45-19h00 Introduction au Yoga Nathalie	17h45-19h00 Vinyasa Yoga Eric	17h45-19h00 Flow Yoga Brigitte	19h30-21h00 Yoga Nidra & bain Sonore *20 septembre 25\$+txs/pers. Eric Boucher		
19h15-20h30 Introduction au Yoga July	19h15-20h30 Yoga & méditation Nathalie	19h30-20h45 Yin Yoga détente Eric	19h15-20h30 Hatha Yoga Yoga Michel			

20-22 septembre  
Retraite de Yoga en  
nature - JOUVENCE  
Orford

Du 9 au 15 septembre, essais à 5\$ pour les nouveaux clients, réservations à [studiovidayoga.com](http://studiovidayoga.com)

À noter, le studio sera fermé le 2 septembre.