



PLANNING

Semaine du 29/06 au 5/07

Lundi 29	Mardi 30	Mercredi 1	Jeudi 2	Vendredi 3	Samedi 4
		8h-9h15 Ashtanga + Pranayama			
12h15-13h45 Ashtanga 1ère série dirigée	12h30-13h45 Ashtanga			12h15-14h Ashtanga Mysore	
18h30-19h45 Ashtanga et renforcement musculaire	18h15-19h30 Ashtanga + Pranayama		18h30-19h45 Ashtanga focus dos	Vernissage, Expositon de Marion Givaudan et partage d'un moment ensemble	

Adresse : 53 Avenue du Prado 13006 Marseille - Monter directement au 3ème étage. Parking facile le soir

INSCRIPTION OBLIGATOIRE - Lien pour s'inscrire sur demande

Les cours en bleu peuvent aussi être suivis sur Zoom - Lien sur demande