



**PLANNING**  
**JUILLET 2020**  
du 6 au 31 Juillet

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	7h30-8h45 Ashtanga + Pranayama		9h - 10h15 Ashtanga	8h30-10h15 Mysore (arrivée possible jusqu'à 8h45- je pars quand je veux)	9h15-10h45 Ashtanga 1ère série dirigée
18h30-19h45 Ashtanga et renforcement musculaire		18h30-19h45 Ashtanga	18h30-19h45 Ashtanga focus dos		

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

**PAS DE COURS LES 13 ET 14 JUILLET**

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

**POUR RESERVER VOTRE COURS** (C'est mieux si vous vous réservez mais vous pouvez toujours venir en dernière minute)

Semaine du 6/07 <https://doodle.com/poll/qmpahrc2spdkwn83>

Semaine du 13/07 <https://doodle.com/poll/df6z5v2k3z9ghcg3>

Semaine du 20/07 <https://doodle.com/poll/su7bckn5va7gfypm>

Semaine du 27/07 <https://doodle.com/poll/z25tn9h3kg3n6328>