

MY YOGA SHALA

2020/2021

PLANNING

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
9h - 10h Vinyasa		7h - 9h Ashtanga Mysore			9h - 10h30 Ashtanga 1e série dirigée
12h15 - 13h45 Ashtanga 1e série dirigée ou Ashtanga 2	12h30 - 13h45 Ashtanga		12h30 - 13h45 Ashtanga	12h15 - 14h Ashtanga Mysore	10h45 - 12h Ashtanga
18h30-19h45 Ashtanga	18h30-20h Ashtanga Focus dos	18h30-19h45 Vinyasa Renforcement	18h30-19h40 Ashtanga		

*** Tous les cours (sauf Mysore, indiqués en orange) sont aussi accessibles en ligne sur ZOOM en [suivant le lien ICI](#)

*** Pour les cours au Shala, merci de [réserver vos cours ICI](#)

Alexia GALLERON : 06 67 31 46 70 - yoga@myyogamarseille.fr
Web : www.myyogamarseille.fr - Facebook : [@myyogamarseille](https://www.facebook.com/myyogamarseille)
My Yoga Shala : 53 av du Prado - Marseille 6e

