

MY YOGA SHALA

PLANNING 2022/2023

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
	7h - 9h Ashtanga Mysore Lise	7h - 9h Ashtanga Mysore Amina	7h - 9h Ashtanga Mysore Alexia		
9h - 10h Renforcement et mobilité Amina				9h - 10h15 Ashtanga Tous niveaux Lise	9h - 10h30 Ashtanga 1e série dirigée Alexia/Amina
12h15 - 13h45 Ashtanga 1e série dirigée / Mysore Alexia/Amina	12h15 - 13h30 Ashtanga Tous niveaux Alexia	12h15 - 13h30 Ashtanga Tous niveaux Amina	12h15 - 13h30 Ashtanga Tous niveaux Alexia	12h15 - 13h45 Ashtanga 2 Alexia/Amina	10h45 - 12h Ashtanga Tous niveaux Alexia/Amina Eléonore/Lise
19h - 20h15 Ashtanga Tous niveaux Eléonore	18h30 - 19h45 Ashtanga Mysore / Tous niveaux Alexia		18h30 - 19h45 Ashtanga Tous niveaux / Mysore Amina		

Alexia GALLERON : 06 67 31 46 70 - Amina MOKRANE : 06 19 36 88 85

E-mail : yoga@myyogamarseille.fr - Web : www.myyogamarseille.fr

Facebook : [@myyogamarseille](https://www.facebook.com/myyogamarseille) - Instagram : [@myyogashala.alexiaagalleron](https://www.instagram.com/myyogashala.alexiaagalleron)

My Yoga Shala : 53 av du Prado - Marseille 6e

