

PLANNING DES COURS MODIFIÉS , REMPLACEMENTS, VACANCES...

JANVIER :

Samedi 18/01 : pas de cours

Samedi 25/01 : Classe guidée ashtanga par Caroline

FÉVRIER :

FLORA ABSENTE DU 02/02 (au petit matin) AU 9/03 inclus (Retraite en Inde)

REPLACEMENTS, MODIFICATIONS ET ANNULATIONS DE CERTAINS COURS

SEMAINE DU MARDI 04/02 AU SAMEDI 08/02 :

Mardi 04	Mercredi 05	Jeudi 06	Vendredi 07	Samedi 08
	7h-9h15 Mysore style pratique autonome *		8h00-10h15 MYSORE STYLE	9h-11h Classe guidée Ashtanga Caroline metz
			10h45-12h Hatha ou Yin Caroline Metz	
	12h30-13h30 Hatha ou Yin Caroline Metz	12h30-13h30 Ashtanga Vinyasa-1		
18h15-19h15 Alignement Postural Cécile Mirman		18h00-19h15 Alignement Postural Cécile Mirman		
19h30-20h30 Ashtanga Vinyasa Débutant		19h30-20h30 Ashtanga Vinyasa guidé Julie Oosthek		

*** Le mercredi 5 en Mysore, Caro ouvrira juste la salle . Chacun fera sa pratique habituelle, mais sans enseignant .**

SEMAINE DU MARDI 11/02 AU SAMEDI 15/02 :

Mardi 11	Mercredi 12	Jeudi 13	Vendredi 14	Samedi 15
	7h-9h15 Mysore style pratique autonome *		8h00-10h15 MYSORE STYLE	9h-11h Classe guidée Ashtanga Caroline metz
			10h45-12h Hatha ou Yin Caroline Metz	
	12h30-13h30 Hatha ou Yin Caroline Metz	12h30-13h30 Ashtanga Vinyasa-1		
18h15-19h15 Alignement Postural Cécile Mirman		18h15-19h15 Alignement Postural Cécile Mirman		
19h30-20h30 Ashtanga Vinyasa Débutant Anne solène Falaise		19h30-21h Mysore style pratique autonome *		

* Le mercredi 12 en Mysore style, Caro ouvrira juste la salle . Chacun fera sa pratique habituelle, mais sans enseignant .

* Le Jeudi 13, 19H30, 1 élève habitué de la classe de mysore ouvrira juste la salle. Chacun fera sa pratique habituelle, en autonomie, mais sans enseignant .

SEMAINE DU MARDI 18/02 AU SAMEDI 22/02 :

Mardi 18	Mercredi 19	Jeudi 20	Vendredi 21	Samedi 22
	7h-9h15 Mysore style pratique autonome *		8h00-10h15 MYSORE STYLE	9h-11h Classe guidée Ashtanga Caroline Metz
			10h45-12h Hatha ou Yin Caroline Metz	
	12h30-13h30 Hatha ou Yin Caroline Metz	12h30-13h30 Ashtanga Vinyasa-1		
18h15-19h15 Alignement Postural Cécile Mirman		18h15-19h15 Alignement postural		
19h30-20h30 Ashtanga Vinyasa Débutant Anne solène Falaise		19h30-20h30 Ashtanga Vinyasa guidé Julie Oosthek		

* **Le mercredi 19 en Mysore, Caro ouvrira juste la salle . Chacun fera sa pratique habituelle, mais sans enseignant .**

**VACANCES DE FÉVRIER (LE SHALA SERA FERMÉ) :
DU 23/02 AU 8/03 !!**

Aucun cours n'aura lieu pendant cette période, hormis ceux des enseignantes louant un créneau au shala (hors carte et abonnement du shala).

Prendre contact directement avec elles .

