



Horaire printemps 2019

du 18 mars au 25 mai – 10 semaines

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi
9h45				Jardins Mérici Hatha Yoga pour tous 90 min
10h00	Yoga énergétique thérapeutique Respiration fortifiante Méditation pleine conscience 90 min			
12h00	Jardins Mérici Yoga sur chaise 60 min			
14h00	Jardins Mérici Hatha Yoga Nidra 90 min			
17h45	Raja Yoga Kung-fu Nei Chia Yoga énergie 90 min	Yoga santé pour tous 90 min	Yoga doux Hatha Yoga Nidra Antistress 90 min	Yoga énergie Yoga égyptien 90 min

Yoga santé, équilibre, énergie – Session de 10 semaines

TARIFS : _____
 Un cours/semaine 169\$
 Deux cours/semaine 269\$
 Trois cours et plus/semaine 350\$

Jardins Mérici _____
 Un cours/semaine 180\$
 Deux cours/semaine 340\$
 Yoga sur chaise 145\$

INSCRIPTION : courriel info@iiyoga.ca – téléphone 418 650-6002