

LUNDI

MARDI

MERCREDI

JEUDI

VENDREDI

SAMEDI

Yoga aérien
18H00– 19H00

Yoga
Méthode Gasquet
10H30 –11H30

Sheng Zhen
14H30 –15H30

Qi Gong
9H00 –10H00

Sheng Zhen
Méditation
19H00–20H15

Yoga aérien
18H30 –19H30



Qi Gong
11H00 –12H00

Pilates et Fascias
10H00 –11H00

Sophrologie
18H30 –19H45

Stretching Japonais
19H30 –20H30

Yoga
18H00 –19H15

Hatha Yoga
18H00 –19H15

Yoga aérien
11H00 –12H00

La Maison Zen

www.shiatsu-terrasson.com

Raphaële
06.75.18.09.83

Marine
06.50.11.75.19

Pauline
06.40.76.65.21

Pascale
07.82.90.26.59