

# PLANNING 2024/2025

## COURS COLLECTIFS

### LUNDI

#### Yoga du matin

8h à 9h

sur zoom

*(une semaine sur deux)*

#### Yoga pré natal

9h30 à 10h30

Espace La Pause

à Biscarrosse

#### Yoga post natal

10h45 à 11h45

Espace La Pause

à Biscarrosse

*(une fois par mois)*

### MARDI

#### Hatha flow

9h30 à 10h30

Soa Studio

à la Teste de Buch

#### Yoga vinyasa

18h30 à 19h30

19h45 à 20h45

Espace La Pause

à Biscarrosse

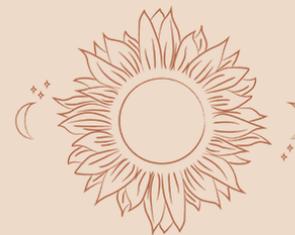
### MERCREDI

#### Yoga vinyasa

19h à 20h

sur zoom

*(une semaine sur deux)*



LOUISON  
YOGA

### JEUDI

#### Yoga post natal

9h45 à 10h45

#### Yoga pré natal

11h à 12h

La Family'Eyre

à Mios

#### Yoga vinyasa

18h30 à 19h30

La Family'Eyre

à Mios