

Planning des cours en ligne (ZOOM)

Tous les cours sont sur réservation et sont donnés par Florence C.A.V.Y.
Les cours ont lieu à partir de 2 inscrits.
Pour votre cours d'essais contactez le professeur par téléphone avant de venir.

| | lundi | mardi | mercredi | jeudi | vendredi |
|-----|--|-------|---|-------|--|
| 10h | | | | | |
| 11h | 11h-12h Pranayama & Méditation Florence C.A.V.Y. | | 10h30-11h30 vinyasa krama yoga Florence C.A.V.Y. | | 11h40-12h25 yoga nidrâ Florence C.A.V.Y. |
| 12h | | | 11h35-12h05 pranayama niv 1 | | |
| 13h | | | | | 12h30-13h30 vinyasa krama yoga Florence C.A.V.Y. |
| 14h | | | | | |
| 17h | 16h45-17h45 yoga restaurative Florence C.A.V.Y. | | 17h30-18h pranayama niv 2 | | |
| 18h | 18h-19h20 ashtanga yoga Florence C.A.V.Y. | | 18h05-19h05 yoga bases et alignements Florence C.A.V.Y. | | 18h-19h yoga restaurative Florence C.A.V.Y. |
| 19h | | | | | |
| 20h | | | | | |
| 21h | | | | | |

| | |
|---|--|
| CENTRE ASHTANGA VINYASA YOGA Florence C.A.V.Y. 06 61 55 45 33 | Ashtanga vinyasa yoga |
| | Yoga bases et alignement, inspiration Yoga Iyengar |
| | Restaurative yoga |
| | Vinyasa krama yoga |
| | Yoga nidrâ, pranayama, méditation |

Pour les infos sur les cours en salle, les Ateliers, les Stages et les autres intervenants extérieurs, **scannez-moi** →



Salle **दरपु इलाहा** : 4b, rue Guiraud Riquier à Narbonne.