

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 3 inscrits sur le cours en salle.

Pour votre cours d'essais contactez le professeur par téléphone avant de venir.

	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
10h						
11h	11h-11h30 <u>Pranayama</u> Florence C.A.V.Y.					10h30-12h <u>ashtanga yoga</u> Florence C.A.V.Y.
11h30	11h30-12h <u>Méditation</u> Florence C.A.V.Y.		11h30-12h30 <u>ashtanga yoga</u> Cours guidé Florence C.A.V.Y.		11h40-12h25 <u>yoga nidrâ</u> Florence C.A.V.Y.	
12h					12h30-13h30 <u>vinyasa krama yoga</u> Florence C.A.V.Y.	
13h						
14h						
16h	16h-17h <u>yoga restaurative</u> Florence C.A.V.Y.					
17h						
18h			17h30-18h <u>pranayama</u> 18h05-19h05 <u>yoga bases et alignements</u> Florence C.A.V.Y.			18h-19h <u>yoga restaurative</u> Florence C.A.V.Y.
19h						
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi

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



Salle **cavy** **शहा** 4b, rue Guiraud Riquier à Narbonne.