

Horaires Ensō

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
09:30		Alignement Flow II 90min		Ashtanga Intro 90min Caroline	
10:30	Yoga Postnatal 60min				Yoga Prénatal 60min
12:15	Alignement I 60min	Alignement I & II 60min	Alignement Yoga 60min	Restorative Yoga 60min	Vinyasa Yoga I 60min
		Yoga Prénatal 17:45 - 18:45			Yoga Postnatal 14h - 15h
	Alignement I 18:45 - 20:00	Alignement Yoga 19:00 - 20:15		Alignement I & II 18:30 - 20:00	

Les cours du soir étant sur réservation, merci de réserver votre place à l'avance par SMS. 06.52.75.51.32 / 06.52.68.23.29.

*Pour plus d'info RDV: www.enso.fr