

Planning Ensō Nice et Sophia

| Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi |
|-------------------------------------|-----------------------------------|----------|--|----------|---------------------------------|
| | | | Yoga Pré / post natal 09h45 (Nice) | | Alignement 10h (Nice) |
| | | | | | |
| Alignement 12h30 (Nice) | Alignement 12h15 (Sophia) | | Alignement 12h15 (Sophia) | | |
| | | | | | |
| Alignement 18h30 (Sophia) | Alignement 19h15 (Nice) | | | | |

IMPORTANT: Tous les cours en présentiel peuvent être suivis en visio.

Le nombre de participants étant limité dans le contexte Covid, tous les cours (présentiel ET visio) sont sur réservation obligatoire à envoyer au min. 2h avant l'horaire du cours.