



**HORAIRE AUTOMNE DU 14 SEPTEMBRE AU 18 DÉCEMBRE 2020**

581.490.1774

info@nathalielamirande.yoga.com

**congé du 2 au 8 novembre**

2303, rue Sir-Wilfrid-Laurier, Jonquière

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
			10h 15 à 11 h 30 RESTAURATIF/POUR TOUS	
			12 h 00 à 13 h 00 VINYASA/POUR TOUS	
		14h 15 à 15 h 30 RESTAURATIF/POUR TOUS		
16 h 15 à 17 h 30 CLASSIQUE/POUR TOUS	16h 45 à 18 h 00 RESTAURATIF/POUR TOUS	16 h 15 à 17 h 30 VINYASA/INTERMÉDIAIRE	16 h 15 à 17 h 30 CLASSIQUE/POUR TOUS	
18 h 00 à 19 h 15 VINYASA/INTERMÉDIAIRE	18 h 30 à 19 h 45 CLASSIQUE/INTERMÉDIAIRE	18 h 00 à 19 h 15 YIN/ POUR TOUS	18 h 00 à 19 h 15 ATELIER	

Description des cours et horaire des ateliers: <https://www.nathalielamirande.yoga.com>