

ECOLE DE YOGA DE MYSORE, SAISON 2010 / 2011

2010 / 2011	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN 1					MYSORE STYLE 6H45 / 8H15	
MATIN 2	INTRO ASHTANGA 8H45 / 10H					MYSORE STYLE 8H15 / 9H45
MATIN 3	INTRO ASHTANGA 10H15 / 11H30					YIN YOGA 10H / 11H15
MIDI		MYSORE STYLE 12H / 13H30	INTRO ASHTANGA 12H15 / 13H30		MYSORE STYLE 12H / 13H30	
.SOIR 1	INTRO ASHTANGA 17H / 18H15	MYSORE STYLE 17H15 / 18H45		PREPARATION 17H15 / 18H30		
.SOIR 2	MYSORE STYLE 18H30 / 20H	CYCLE D'ACCUEIL 19H / 20H	INTRO ASHTANGA 18H15 / 19H30	MYSORE STYLE 18H45 / 20H15	MYSORE STYLE 18H / 19H45	
.SOIR 3	INTRO ASHTANGA 20H15 / 21H30		MYSORE STYLE 19H45 / 21H15		YIN YOGA 20H / 21H15	