

Planning des cours 2023-2024

Ecole de Yoga de Mysore



M
A
T
I
N

S
O
I
R

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
MATIN	Série Dirigée 7h15-8h45 Profs formation	Mysore Style 7h15-8h45 Pierre	Mysore Style 7h15-8h45 Nathalie	Mysore Style 7h15-8h45 Pierre	Mysore Style 7h15-8h45 Jenny	Mysore Style 7h45-9h15 Jenny
	Mysore Style 9h30-11h Marguerite		Pranayama 7h45-9h Annick (zoom)		Danse du Dragon 9h15 -10h45 Jenny	Yin Yoga 9h45-11h30 Jenny
		Mysore Style 12h-13h30 Pierre			Mysore Style 12h-13h30 Jenny	
	Hatha Yoga 18h15-19h25 Elise	Série Dirigée 17h45-19h15 Nathalie (p + z)	Mysore Style 18h-19h30 Pierre	Ateliers Mensuels consultez Jyogui	Hatha Yoga & Sons 17h-18h Jenny	Ateliers Mensuels consultez Jyogui
SOIR	Série Dirigée 19h30-21h Fanny	Yin Yoga 19h30-21h Nathalie (p + z)	Yin Yoga 19h45-21h15 Pierre (p + z)		Danse du Dragon 18h30-20h Jenny	

- Les cours ont lieu en présentiel, salle Mysore, 5 rue Duhamel, 69002.
- P + Z = les cours ont lieu simultanément en présentiel et en ligne via zoom.
- Le cours de Pranayama a uniquement lieu via zoom.
- Les ateliers mensuels auront lieu une fois par mois et seront assurés par Jenny ou Magdalena, les dates et thèmes seront annoncés sur Jyogui et sur le site.
- Réservation obligatoire des cours sur le logiciel de réservation en ligne de l'école Jyogui.