


**C'est la rentrée le 6 Septembre au GINKGO studio : on se revoit bientôt 😊**

**2 PLANNINGS : les 17cours au STUDIO + les 11 cours zoom**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			<b>7h30</b> <b>MORNING ROUTINE</b> Yoga tous niveaux			
			<b>9h</b> Yoga RESTAURATIF- « YIN » Tous niveaux & <b>prénatal</b>		<b>10h</b> <b>YOGA IYENGAR</b> N2	
	<b>12h15</b> Yoga RESTAURATIF-« YIN » Tous niveaux & <b>prénatal</b>		<b>12h15</b> <b>PILATES-RENFO</b> N3		<b>11h30</b> <b>VINYASA YOGA</b> Tous niveaux	
	<b>17h : Bon Plan</b> <b>YOGA IYENGAR</b> Tous niveaux	<b>17h30</b> <b>BARRE au SOL-PILATES</b> Tous niveaux				
<b>18h30</b> <b>YOGA IYENGAR</b> Débutant N1	<b>18h30</b> <b>YOGA IYENGAR</b> Débutant N1	<b>18h45</b> <b>PILATES</b> Débutant N1	<b>18h : Bon Plan</b> <b>YOGA IYENGAR</b> Tous niveaux			
<b>19h45</b> Yoga RESTAURATIF-« YIN » Pour tous & <b>prénatal</b>	<b>19h45: studio</b> <b>YOGA IYENGAR</b> N3	<b>20h</b> <b>PILATES</b> N2	<b>19h30:</b> <b>VINYASA YOGA</b> Tous niveaux	<b>18h45</b> <b>Yoga NIDRA&amp;HANG</b> Tous niveaux		


**GINKGO Studio 3 rue M.Caizergues, quartier Boutonnet, Montpellier 06 88 94 02 04 [www.studioyoga-pilates-montpellier.fr](http://www.studioyoga-pilates-montpellier.fr)**

**Cours yoga Restauratif –yin :** cours détente et de stretch doux pour tous : femmes, futures mamans & hommes

**Réservation obligatoire : en réservant sur le site, vous saurez si votre cours est bien maintenu ce jour- là (mis à jour : 23/08/21)**

**C'est la rentrée le 6 Septembre au GINKGO studio : on se revoit bientôt 😊**

**2 PLANNINGS : les 17cours au STUDIO + les 11 cours zoom**

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	<b>7h30 : zoom MORNING ROUTINE Yoga tous niveaux</b>		<b>7h30 : zoom MORNING ROUTINE Yoga tous niveaux</b>	<b>7h30 : zoom MORNING ROUTINE Yoga tous niveaux</b>		
						<b>10h : zoom Yoga FLOW Tous niveaux</b>
			<b>18h30: zoom PILATES &amp; funny mat</b>			
<b>19h45 zoom Yoga RESTORATIF-« YIN » Pour tous &amp; <u>prénatal</u></b>	<b>19h45: zoom YOGA IYENGAR N3</b>	<b>20h : zoom PILATES N2 Tous niveaux</b>	<b>19h30 : zoom VINYASA YOGA Tous niveaux</b>	<b>18h45 : zoom Yoga NIDRA&amp; HANG Tous niveaux</b>		<b>18h15: zoom SOPHRO-PILATES Tous niveaux</b>

**GINKGO Studio 3 rue M.Caizergues, quartier Boutonnet, Montpellier 06 88 94 02 04 [www.studioyoga-pilates-montpellier.fr](http://www.studioyoga-pilates-montpellier.fr)**

**Cours yoga Restauratif –yin :** cours détente et de stretch doux pour tous : femmes, futures mamans & hommes

**Réservation obligatoire : en réservant sur le site, vous saurez si votre cours est bien maintenu ce jour- là (mis à jour : 23/08/21)**