


C'est la nouvelle année 2022 au GINKGO studio, notre nouveau PLANNING des cours STUDIO 😊
(les 14 cours ZOOM sont sur un autre planning)

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
			7h30 MORNING ROUTINE Yoga tous niveaux			
			9h Yoga RESTORATIF-YIN Pour tous & prénatal		10h YOGA IVENGAR Tous niveaux	WORKSHOP 10H 12H (selon programmation)
	12h15 Yoga RESTORATIF-YIN Pour tous & prénatal		12h15 PILATES-RENFO Tous niveaux		11h30 VINYASA YOGA Tous niveaux	
					13h PILATES& funny matériel & prénatal	
	17h15 : Bon Plan YOGA IVENGAR Tous niveaux	17h30 PILATES-BARRE au SOL Tous niveaux				
18h30 YOGA IVENGAR Débutant N1	18h30 YOGA IVENGAR Débutant N1	18h45 PILATES Débutant N1	18h : Bon Plan SOFT VINYASA Yoga Pour tous	17h45 : Bon Plan Yoga RESTORATIF-YIN Pour tous & prénatal		
19h45 Yoga RESTORATIF-YIN Pour tous & prénatal	19h45: YOGA IVENGAR N2N3	20h PILATES N2	19h30: VINYASA YOGA Tous niveaux	19h VINYASA YOGA Tous niveaux		


GINKGO Studio 3 rue M.Caizergues, quartier Boutonnet, Montpellier 06 88 94 02 04 www.studioyoga-pilates-montpellier.fr

Cours yoga Restoratif –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 à lieu- là (mis à jour : 01/01/2022)

C'est la nouvelle année 2022 au GINKGO studio :

Nouveau PLANNING des cours en VISIO-Zoom : tarif spécial zoom 😊

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		7H30 zoom MORNING PILATES Tous niveaux	7h30 : zoom MORNING ROUTINE Yoga tous niveaux			
					10h30 zoom PILATES RENFO Tous niveaux	10h30 zoom PILATES CLASSIC CHIC Tous niveaux
	12h30 zoom PILATES RENFO Tous niveaux		12h30 zoom PILATES RENFO Tous niveaux			11h30 zoom FULL BODY PILATES Tous niveaux
			18h zoom SOFT VINYASA Yoga Pour tous	17h45 zoom Yoga RESTORATIF-VIN Pour tous & prénatal		
19h45 zoom Yoga RESTORATIF-« VIN » Pour tous & prénatal	19h30 zoom PILATES CLASSIC CHIC Tous niveaux		19h zoom PILATES CLASSIC CHIC Tous niveaux	19h zoom VINYASA YOGA Tous niveaux		18h30: zoom SOPHRO-PILATES Tous niveaux

GINKGO Studio 3 rue M.Caizergues, quartier Boutonnet, Montpellier 06 88 94 02 04 www.studioyoga-pilates-montpellier.fr

Cours yoga Restoratif –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 maintenu ce jour- là : (mis à jour : 1/01/2022)