


Le GINKGO studio - Planning des cours 2024-25

www.studioyoga-pilates-montpellier.fr

06-88-94-02-04

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
	7:30-8:30 MORNING Yoga		7:30-8:30 MORNING Yoga		Zoom 10:30-11:20 PILATES RENFO	WORKSHOPS Sur différents thèmes 10h-12h 
	CC 9h-10h YIN&Flow Yoga **		CC 9h-10h RESTORE-YIN Yoga **	CC 10h30-11h30 MUM& BABY Yoga **	11:30-12:30 PILATES RENFO	
CC 12:15-13:15 PILATES Tous niveaux	12:15-13:30 RESTORE-YIN Yoga **	12:30-13:30 PILATES Swiss Ball	12:30-13:30 PILATES	CC 12:15-13:15 IYENGAR Tous niveaux	12:45-13:45 AERIAL CLASS	
CC 17:15-18:15 AERIAL CLASS	CC 17:15-18:15 IYENGAR Yoga	CC 17:15-18:15 PILATES classic chic Débutant	CC 17:15-18:15 VINYASA yoga	CC 17:15-18:15 AERIAL CLASS	Le Ginkgo studio 2024-2025 À Boutonnet / Montpellier	
18:30-19:30 PILATES Tous niveaux	18:30-19:30 IYENGAR Débutant	18:30-19:30 PILATES Tous niveaux	18:30-19:30 IYENGAR Débutant	18:30-19:30 SO-PI**	CC : Community Class ** : aussi pour le Prénatal Zoom : en ligne	
19:45-20:45 SO-PI **	19:45-21h IYENGAR Avancé	19:45-20:45 PILATES Avancé	19:45-21h YIN&Flow Yoga **			
	Zoom 19:30-20:20 PILATES Renfo		Zoom 19:30-20:20 PILATES Classic&chic			