

Le GINKGO studio - Planning des cours 2025-26 :

33 cours hebdo dont 3 en ligne

www.studioyoga-pilates-montpellier.fr

06-88-94-02-04

Montpellier, Quartier Boutonnet

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
		CC 9h15-10h15 MORNING Aéro Yoga **	7:30-8:30 MORNING Yoga	CC 9h15-10h15 STRETCH PILATES	CC Zoom 10h-10:50 PILATES Renfo	WORKSHOPS variés 
	CC 9h15-10h15 PILATES		CC 9h-10h RESTORE-YIN Yoga **		10h-11h VINYASA Yoga	
CC 12:30-13:30 PILATES	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	11:30-12:30 PILATES	
CC 17-18h AERIAL CLASS	CC 17-18h IYENGAR Yoga Débutant	CC 17h-18h PILATES soft débutant **	CC 17-18h VINYASA yoga	CC 17-18h PILATES Swiss Ball	CC = Community Class (petits tarifs) ** = accessible Prénatal Zoom = visio et en direct avec la prof (Mise à jour : Août 25 Ce planning peut être modifié, vérifiez les horaires en vous inscrivant)	
	18:15-19:15 IYENGAR	18:15-19:15 PILATES	18:15-19:15 IYENGAR Débutant	18:15-19:15 PILATES renfo		
18:15-19:15 PILATES	19:30-20h45 IYENGAR Inter+	19:30-20:30 PILATES Renfo	19:30-20:45 h RESTORE-YIN Yoga **	19:30-20:30 <i>Pilates flow</i>		
19:30- 20:30 PILATES Swiss Ball	CC Zoom 19:30-20:20 PILATES Renfo		CC Zoom 19:30-20:20 PILATES Classic&chic			