



Planning Cours de Yoga 2021-2022

CENTRE YOGA EQUANIMITY

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI DIMANCHE
	7:00 - 8:15 Vinyasa Yoga Antonia		7:00 - 8:15 Hatha Yoga Mathieu		Voir Planning Stages Mini-ateliers Retraites Activités
9:30 - 10:45 Hatha Yoga Mathieu			8:30 - 9:00 Méditation Mathieu		
	10:00 - 11:15 Yoga Doux Mathieu	10:00 - 11:15 Yin Yoga Antonia			
12:30 - 13:45 Ashtanga Yoga Viola	12:30 - 13:45 Hatha Yoga Antonia	12:30 - 13:45 Ashtanga Yoga Carina	12:30 - 13:45 Vinyasa Yoga Mathieu	12:30 - 13:45 Hatha Yoga Andrea	
			17:30 - 18:30 Pratique et Etudes Yoga		ॐ
18:45 - 20:00 Vinyasa Yoga Antonia	18:45 - 20:00 Ashtanga Yoga Carina	18:30 - 19:45 Hatha Yoga Mathieu	18:45 - 20:00 Ashtanga Yoga Viola	18:30 - 19:45 Hatha Yoga Andrea	
20:15 - 21:30 Yin Yoga Antonia	20:15 - 21:30 Vinyasa Yoga Carina	20:00 - 21:15 Hatha Yoga Mathieu	20:15 - 21:30 Yoga Restauratif Viola		

CENTRE YOGA EQUANIMITY

3 rue de Saint Brevin 44100 Chantenay

Tram Ligne 1 arrêt Croix Bonneau (1min à pieds) / Bus Ligne 11 arrêt Bourderie (accès direct)



Planning 2021-2022

MAISONS DE QUARTIER

Île de Nantes & Manufacture

LUNDI	MARDI	MERCREDI		JEUDI	SAMEDI DIMANCHE
12:30 - 13:45 Hatha Yoga Mathieu MQI "E"		12:30 - 13:45 Hatha Yoga Mathieu MQI "P"	12:30 - 13:45 Vinyasa Yoga Aude MQI "E"		Voir Planning Stages Mini-ateliers Retraites Activités 
		19:00 - 20:15 Vinyasa Yoga Antonia MQI "E"	18:45 - 20:00 Hatha Yoga Andrea MQI "R"		
18:30 - 19:45 Vinyasa Yoga Carina MQI "E"	19:30 - 20:45 Hatha Yoga Mathieu "Manu VI"	20:30 - 21:45 Vinyasa Yoga Aude MQI "R"		19:00 - 20:15 Vinyasa Yoga Clément "Manu VI"	

LES SALLES

« E » Salle Expression (1er étage) « P » Salle Polyvalente - Rdc à gauche « R » Salle Réunion - (2ème étage)

Maison Quartier d'île de Nantes MQI

2 rue Conan Mériadec 44200

Tram Ligne 2 et 3 arrêt Vincent Gâche (1min à pieds)

Bus Ligne C5 arrêt Nizan (1min à pieds)

Manufacture VI

6 cour Jules Durand 44000

Manu VI - En face a la Bibliothèque

Tram Ligne 1 arrêt Manufacture (accès direct)

Bus Ligne 11 et 12 arrêts Bouteillerie et Gambetta (3min à pieds)