

Lundi

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
7h00 - 8h30 Mysore Linda		
8h30 - 10h00 Mysore Linda		
	12h30 - 13h30 * Ashtanga Débutants Marine	
18h00 - 19h15 * Ashtanga 1 Lisa		18h30 - 19h45 Yin Restorative Céline Tachon
	19h00 - 20h00 Ashtanga Débutant Elisabetta	
19h30 - 21h00 Ashtanga 3 Alick		
		20h00 - 21h15 * Vinyasa 2 Lisa

Mardi

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
7h00 - 8h30 Mysore Linda		
8h30 - 10h00 Mysore Linda		
	12h30 - 13h45 * Ashtanga 1-2 Elsa	
18h00 - 19h15 * Vinyasa 1-2 Cyrielle		
	18h30 - 19h45 Ashtanga 1 Louise	
		19h00 - 20h15 Vinyasa et Yin tous niveaux Lisa
19h30 - 20h30 Ashtanga débutant Cyrielle		
	20h00 - 21h30 * Ashtanga 2 Louise	

Mercredi

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
7h00 - 8h30 Mysore Nancy		
8h30 - 10h00 Mysore Nancy		
	12h30 - 13h30 * Ashtanga débutant Elsa	
	18h00 - 19h15 * Ashtanga 1 Yvan	
18h30 - 19h30 Ashtanga débutant Céline Barrelet		19h00 - 20h30 Vinyasa 2-3 Marine
	19h30 - 21h00 Ashtanga 2 Nancy	
20h00 - 21h15 * Vinyasa 1 Céline Barrelet		

Jeudi

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
8h30 - 10h00 Mysore Nancy		
8h30 - 10h00 Mysore Nancy		
	09h30 - 10h30 * Postural Morning Yoga Linda	
	12h30 - 13h45 * Ashtanga 1 Nancy	
18h00 - 19h00 Ashtanga débutant Nancy		
	18h30 - 19h45 * Vinyasa 1 Elisabetta	
		19h00 - 20h15 Yin Restorative Céline Tachon
19h30 - 21h15 Mysore Alick		
	20h00 - 21h15 * Ashtanga 1 Elisabetta	

Vendredi

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
7h00 - 8h30 Mysore Linda		
8h30 - 10h00 Mysore Nancy		
	12h30 - 13h45 * Vinyasa 2 Anaïs	
18h00 - 19h15 * Ashtanga 2-3 Céline Barrelet		
	18h30 - 19h45 Ashtanga débutant et respiration Nancy	
19h30 - 20h45 * Vinyasa et Yin tous niveaux Céline Barrelet		

Samedi

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
10h00 - 12h00 Mysore Alick		
	10h30 - 11h45 * Yin yoga Céline Barrelet	
	12h00 - 13h30 * Vinyasa 2-3 Céline Barrelet	
	16h00 - 17h00 Ashtanga débutant Diana	
16h30 - 18h00 Ashtanga 2 Alick		

Dimanche

Patanjali	Krishnamacharya	Yogananda
10h00 - 12h00 Mysore Nancy		
	11h00 - 12h00 Ashtanga débutant Yvan	
	12h30 - 14h00 * Ashtanga 2 Yvan	
	16h30 - 18h00 * Vinyasa 1 Linda	
18h00 - 19h15 Restorative Paola		

Programme Septembre - Décembre 2023

Ashtanga Yoga Paris
40 avenue de la République
75011 Paris
Près du métro Parmentier
01 45 80 19 96

Les cours précédés d'une étoile * sont aussi disponibles en virtuel

L'intégralité du programme des cours spéciaux, des ateliers, des formations professorales et des événements est disponible ici :




ASHTANGA YOGA PARIS
Bouger Respirer Être bien

40 av de la République, 75011
www.ashtangayogaparis.fr