

| | Lundi | Mardi | Mercredi | Jeudi | Vendredi | Samedi | Dimanche |
|------|---|---|--|---|---|--|---|
| A.M | HATHA YOGA ET YIN ▲ Tous - Hélène 10h à 11h15 | THÉRAPEUTIQUE/ YOGA CHAISE ♥ Tous - Isabelle 10h à 11h15 | HATHA YOGA ▲ Tous - Martine 10h à 11h15 | HATHA FLOW ET YIN ■ Tous - Magalye 10h à 11h30 | HATHA YOGA ET MÉDITATION ♥ Tous - Magalye 10h à 11h30 | YOGA TONIC ■ Tous - Mélanie 9h à 10h15 | HATHA YOGA ▲ Tous - Maria 10h à 11h15 |
| Midi | | HATHA FLOW ■ Tous - Méliissa 12h à 12h50 | PILATES ■ Tous - Mélanie 12h à 12h45 | | | | |
| P.M | VINYASA ■ Tous - Mélanie 17h15 à 18h30 | HATHA FLOW ET YIN ■ Tous - Nataly 17h30 à 18h45 | HATHA YOGA APPROFONDI ★ Inter - Magalye 17h30 à 19h | INTRODUCTION AU YOGA* ● Tous - Marie-Hélène 18h00 à 19h30 | | | |
| | HATHA YOGA DOUX ♥ Tous - Marie 19h à 20h15 | HATHA YOGA ET YIN ▲ (SANTÉ DU DOS) Tous - Antoine 19h à 20h30 | DÉTENTE SUPRÊME ET NIDRA ♥ Tous - Mylène 19h30 à 20h45 | HATHA FLOW ET YIN ■ Tous - Marie-Hélène 19h45 à 20h45 | | | |



Nos forfaits pour la rentrée**

490\$
Forfait illimité

465\$
28 cours de session

265\$
14 cours de session

10% de rabais jusqu'au 1^{er} septembre!***

Légende de cours :

- ★ — les approfondis
- — les tonifiants
- ▲ — les équilibrants
- — les bases
- ♥ — les ressourçants

* sur inscription (forfait en sus), participation en présentiel.
** taxes en sus
*** les promotions ne sont pas jumelables.

Yoga Invivo se réserve le droit de modifier l'offre de cours selon l'achalandage.

Les forfaits sont valides exclusivement durant la session active au moment de l'achat.

Informations pour la session

- Des nouveautés sont à l'horaire!
- Les étudiants statut temps plein et les voisins bénéficient d'un rabais de 10%***;
- L'inscription est possible en tout temps;
- Cours en ligne: participez en temps réel ou en différé. L'enregistrement est disponible durant 72h;