KAMANAO

PLANNING 2026

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
9:00 - 10:00 QIGONG BATON Co		**9:00 - 10:00** QIGONG CLASSIQUE Co	**9:00- 10:00** YOGA DOUX Nathalie			
10:15 - 11:15 QIGONG TAOÏSTE Co		**10:15 - 11:15** QIGONG TIBÉTAIN Co	**10:15- 11:15** YOGA PRANAYAMA & MEDITATION Nathalie		**NOUVEAU** **10:30 - 12:00** YOGA SIVANANDA Amanda	
11:30 - 12:30 QIGONG CALME & DU RÊVE ÉVEILLÉ Co		**11:30 - 12:30** QIGONG CALME & MÉDITATIF Co		**11:15 - 12:15** PILATES Stephen		
	17:00 - 18:00 YOGA PILATES Marion		**15:30 - 16:30** YOGA SENIORS SUR CHAISE Denise			
17:30 - 18:30 TAIJI GONG Co	**18:15 - 19:15** YOGA VINYASA Marion					
	19:30 - 20:30 YIN YOGA Marion		**18:30 - 19:30** HATHA YOGA Nathalie			