



Horaire de VIVA YOGA – ÉTÉ 2018

Du 2 juillet au 31 août (congé du 30 juillet au 3 août)

Professeure de yoga : Brigitte Lareau

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	TARIFICATION
10 h 30 Somayog (en plein air)	10 h 30 Yoga des voyelles (en plein air)	10 h 30 Yoga Douceur pour tous (en plein air)	9 h Yoga Énergie pour tous (en plein air) 10 h 30 Méditation (en plein air)	9 h Yoga-Ballon 10 h 30 Zumba Yoga intergénération Dale Hanley de Danséforme et Brigitte Lareau de Viva Yoga	Yoga Énergie, Yoga des voyelles, Yoga Douceur, Somayog, Méditation : 142 \$ pour 8 cours 125 \$ pour 7 cours Zumba Yoga intergénération Adulte 10 \$ et enfants 5 \$ par cours Engagement minimum requis pour 6 cours (6, 13, 20 juillet et 10, 17, 24 août).
				SAMEDI	
	19 h Yoga Douceur pour tous 20 h 15 Yoga, Somayog et méditation (étirement, alignement, apaisement)	Les activités prévues en plein air se tiendront au bord de l'eau au Parc des rapides de Chambly (près des chutes) ou au local de VIVA YOGA en cas de pluie.	12 h 10 Cours de yoga sur chaise par visioconférence via WEB-OR (30 minutes)	10 h YOGA et BLEUETS (mi-juillet à mi-août, dates précises à déterminer selon la récolte)	 PROMOTION ESTIVALE pour les cours de Brigitte seulement : Deux cours par semaine pour 200 \$ ou profitez à deux de ce tarif en vous inscrivant avec un nouvel élève !

Pour en savoir plus à propos des cours de Viva Yoga, visitez notre site Internet : www.vivayoga.ca