

# Perle Intérieure

## YOGA - MÉDITATION MBSR - RESTORATIVE YOGA

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
<b>YOGA</b> 10H30 - 11H45				<b>YOGA</b> 9H30 - 10H45	<b>ATELIERS</b>  Yoga  ou Méditation pleine conscience  ou Mandala
				<b>YOGA</b> 11H00 - 12H15	
<b>MBSR</b> 13H30 - 16H			<b>MBSR</b> 13H30 - 16H		
			<b>YOGA</b> 17H30 - 18H45		
<b>YOGA</b> 18H15 - 19H30	<b>YOGA</b> 18H15 - 19H30	<b>MBSR</b> 19H - 21H30	<b>YOGA</b> 19H00 - 20H10		
<b>YOGA</b> 19H45 - 21H	<b>YOGA</b> 19H30 - 20H45		<b>RESTORATIVE YOGA</b> 20H15 - 21H30		
	<b>RESTORATIVE YOGA</b> 20H45 - 22H				