



Horaire d'été

(à partir du 5 juin)

Summer Schedule

(beginning June 5th)

	Lundi Monday	Mardi Tuesday	Mercredi Wednesday	Jeudi Thursday	Vendredi Friday	Samedi Saturday	Dimanche Sunday
9am						Strala ENERGIZE Michelle 90 min <i>*dehors à 9h (gratuitement) quand la météo le permet *à l'intérieur à 10h quand il pleut</i>	Hatha EMPOWER Jaime 90 min
10am				Hatha ÉQUILIBRE Manon 90 min	Hatha REVITALISER Jade 90 min		
12pm			Strala ENERGIZE Michelle 60 min		POSTNATAL Emily 60 min		
4:00pm							Hatha REVITALISER Tracy 60 min
5:00pm				Strala GENTLE Michelle 60 min		Hatha DOUX Dave/Manon 60 min	
6pm	Hatha EMPOWER Jade 60 min		Hatha REVITALISER Marianne 60 min		KARMA Francine/Tina 60 min <i>*by donation (\$5 minimum - cash only)</i>		
6:15pm		Hatha REVITALISER Dave 60 min		Strala STRONG Michelle 60 min			
7:15pm	Hatha REVITALISER Jade 60 min		Hatha EMPOWER Marianne 60 min				
7:30pm		PRENATAL Emily 60 min		Hatha RESTAURER Manon 75 min			
8:30pm	Yin RELEASE Jade 60 min		Strala RELAX Michelle 60 min				
8:45pm		Guided Meditation Jade 60 min					

Température Celsius Degrees	32	28	26	No heat
--------------------------------	----	----	----	---------

Tous les cours sont bilingue et ouvert à tous. Présentez vous 15 minutes avant les cours et pratiquez avec nous!

All classes are bilingual and open to all. Please arrive 15 minutes prior to all classes. We look forward to practicing with you!