

# PLANNING HEBDOMADAIRE

DE SEPTEMBRE À FIN DECEMBRE 2020

## SHALA AVY



A . V . Y  
— ASHTANGA VINYASA YOGA —

### SATTVA YOGA SHALA

1 FORFAIT = 4 STUDIOS

SHALA MATABIAU

73 BD MATABIAU

SHALA ESQUIROL

3BIS RUE DES TOURNEURS

FUSION PILATES

9 PLACE DU CAPITOLE

SHALA AVY

4 RUE DE LA BARUTTE

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
07:00 - 09:00 MYSORE - Greg SHALA AVY		07:00 - 09:00 MYSORE - Théo SHALA AVY				
10:30 - 11:45 HOTYOGA+++ - Marie SHALA AVY	10:30 - 11:45 ASHTANGA+++ - X SHALA AVY	10:00 - 11:15 HOTYOGA+++ - Marie SHALA AVY	10:30 - 11:45 YIN+ - X SHALA AVY	10:30 - 11:45 ASHTANGA+++ - X SHALA AVY	10:30 - 12:30 HOT ASHTANGA+++ - Greg SHALA AVY	
12:15 - 13:30 VINAYASA+++ - Marie SHALA AVY	12:30 - 13:30 YIN+ - Théo SHALA AVY	12:15 - 13:30 ASHTANGA+++ - Greg SHALA AVY	12:15 - 13:15 CORE FLOW+++ - Marie SHALA AVY	12:15 - 13:30 ASHTANGA+++ - Théo SHALA AVY	13:00 - 14:15 VINAYASA+++ - Théo SHALA AVY	
				17:00 - 18:15 YIN+ - X SHALA AVY	17:15 - 18:30 YIN+ - X SHALA AVY	
18:15 - 19:15 PRANAYAMA +- Greg SHALA AVY	18:00 - 19:15 VINAYASA DEB+ - Théo SHALA AVY		18:15 - 19:15 PRANAYAMA +- Faty SHALA AVY	18:30 - 19:45 ASHTANGA DEB +++ - Théo SHALA AVY		
19:30 - 21:00 ASHTANGA+++ - Greg SHALA AVY	19:30 - 21:00 HOT VINAYASA+++ - Greg SHALA AVY	19:00 - 20:15 HOT VINAYASA+++ - Elodie SHALA AVY	19:30 - 21:00 ASHTANGA+++ - Faty SHALA AVY			
		20:30 - 21:30 HOTYIN+ - Elodie SHALA AVY				

UNIQUEMENT SUR RESERVATION AVEC APPLI SATTVA OU SUR SITE INTERNET BOUTON RESERVER  
TOUTES INSCRIPTIONS EST DÉCOMPTÉES MINIMUM 4H AVANT LE COURS EN LIGNE  
ET 12H AVANT LE COURS EN STUDIO

#### YOGA

GREG 6 COURS

FATY 2 COURS

MARIE 4 COURS

THÉO 6 COURS

ELODIE 2 COURS

TOTAL COURS YOGA 20

TOTAL COURS YOGA SCHOOL 6