

Alexandra Adénor Yoga



Accès direct aux classes

« L'automne, une invitation à ralentir et se recentrer »

LUN	MAR	MER	JEU	VEN	SAM	DIM
		1	2 Coucher de soleil	3	4 Méditation automnale	5 Cardio fit flow
6	7 Yin Flow	8	9 Détendre	10	11 Espresso (Yang-Yin)	12
13 Yoga nuit	14	15 Perle de rosée	16	17	18 Apana vayu	19
20	21	22	23 Dopamine boost	24	25	26 Cocon ultime
27	28	29	30			



Slow Flow



Épicé



Douceur



Méditation

Voir les adhésions et les forfaits

