

Planning saison 2020-21  
Dojo 36 rue Parmentier, Grenoble

<b>YANG</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
8h-10h	ECHI – Cheng Hsin 8h – 9h30		ECHI – Cheng Hsin 8h – 9h30		
10h-12h	ECHI – Tai Chi Débutants 10h – 11h30	ECHI – Tai Chi Avancés 37 pas 10h – 11h30	ECHI – Qi Gong 10H – 11h15	ECHI – Tai Chi Avancés 108 pas 10h – 11h30	ECHI – Cheng Hsin 9h30 – 11h30
12h-14h	Reservé à Thierry 12h15 – 13h30	Casa Yoga 12h30 – 13h30		ECHI – Qi Gong 12h15 – 13h30	Casa Yoga 12h30 – 13h30
14h-16h			ECHI – Cheng Hsin Enfants 14h – 15h		
16h-18h					
18h-19h30	ECHI – Qi Gong 18h15 – 19h30	Yoga – Nathalie 18h30 – 19h30	Yoga Au Sommet 18h30 – 19h30	ECHI -Tai Chi Débutants 18h30 – 19h45	Atelier Ponctuel
19h45-21h15	ECHI -Tai Chi Avancés 37 pas 19h45 – 21h15	ECHI – Tai Chi Débutants 19h45 – 21h15	Yoga – Silvia 19h45 – 20h45	ECHI - Tai Chi Avancés 108 pas 20h – 21h30	Atelier Ponctuel

<b>YIN</b>	<b>Lundi</b>	<b>Mardi</b>	<b>Mercredi</b>	<b>Jeudi</b>	<b>Vendredi</b>
8h-10h					
10h-12h	Aude Yoga pré-natal 10h – 11h	Aude yoga post-natal 10h – 11h	Casa Yoga 9h15 – 10h30	Martine 10h – 11h30	
12h-14h	Yoga Sylvie 12h15 – 13h30	Casa Yoga 12h30 – 13h30	Rozenn Méditation 12h30 – 13h30	Thierry Méditation 12h15 – 13h15	Casa Yoga 12h30 – 13h30
14h-16h					
16h-18h					
18h-19h30	Ose Yoga 18h – 19h10	ECHI – Qi Gong 18h15 – 19h30	ECHI – Qi Gong 18h15 – 19h30	Yoga Miriam 18h15 – 19h30	Atelier Ponctuel
19h45-21h15	Ose Yoga 19h30 – 20h40	Ose Yoga 19h50 – 21h	Ose Yoga 19h50 – 21h	Yoga au sommet 19h45 – 21h30	Atelier Ponctuel