



AVRIL 2017: BREATHE ET MOKSHA

L	M	M	J	V	S	D
	7h00 - 8h00 Hot Yoga Anastasia- BIL		7h00 - 8h00 Hot Yoga Pilates Anastasia - BIL		9h30-10h30 Hot Yoga Sophie- BIL	9h30-10h30 Pilates Gerard - ANG
10h00-11h15 Hot Yoga Kimiko - ANG	10h00-11h15 Hot Yoga Flow Moksha Inspiré	10h00-11h15 Hot Yoga Kimiko - ANG	10h00-11h15 Yoga Flow Natasha - BIL	10h00-11h15 Kundalini Glow Kimiko / Nadine	10h45-11h45 Yoga Flow Sophie - BIL	10h45-12h00 Hot Yoga Flow Asami - ANG
12h15-13h15 Hot Yoga Josee - BIL	12h15-13h15 Hot Yoga Flow Chantal - BIL	12h15-13h15 Hot Yoga Natasha - BIL	12h15-13h15 Hot Yoga Flow Chantal - BIL	12h15-13h15 Yin Yoga Julie - BIL	12h00 - 13h15 Box Sculpt Fusion Simon et Richard	12h15-13h15 Yin Yoga Asami - ANG
	14h00-15h00 Hot Yoga Flow Moksha Inspiré		14h00-15h00 Hot Yoga Flow Moksha Inspiré		14h00-15h00 Hot Yoga Flow Moksha Inspiré	14h00-15h00 Hot Yoga Flow Moksha Inspiré
16h00-17h00 Hot Yoga Flow Sophie - BIL		16h00-17h00 Hot Yoga Flow Moksha Inspiré		16h00-17h00 Power Flow Moksha Inspiré	16:00 - 17:00 Yin Yoga Moksha Inspiré	16:00 - 17:00 Recharge Moksha Inspiré
	16h30-17h30 Karaté Enfant Alain					
17h30-18h30 Hot Yoga Sophie - BIL	17h45-18h45 KARATÉ Alain - BIL	17h30-18h30 Hot Yoga Marion - BIL	17h30-18h45 Hot Yoga Flow Audi- ANG	17h30-18h30 Hot Yoga Kimiko - ANG		
18h45-19h30 Breathe Kbox Richard - BIL				18h35-18h55 Cercle de méditation gratuit		
19h30-20h15 Tabata Bootcamp Penny - BIL	19h00-20h00 Hot Booty Ballet Bootcamp Suaad - BIL	19h00-20h00 Hot Kbox Yoga Fusion David et Kimiko	19h00-20h00 Hot Booty Ballet Bootcamp Suaad - BIL	19h00-20h00 Yin Yoga Kimiko- ANG		
20h30-21h30 Hot Yoga Jaime - BIL	20h15-20h15 Hot Yoga Jennifer - BIL	20h15-21h15 Yin Yoga Marion - BIL	20h15-21h15 Hot Yoga Katie - ANG	20h15-21h15 Karma Yoga* Moksha Inspiré * 5 \$ + don charité		
					Cours de tous les niveaux BIL- Français/ Bilingue ANG - Anglais	

MOKSHA YOGA GRIFFINTOWN

1 COURS 17\$

10 COURS 140\$ / 125\$ ÉTUDIANTS

20 COURS 240 \$

110\$ ABONNEMENTS MENSUELLE ILLIMITÉS (minimum de 4 mois) / 100 \$ ÉTUDIANTS

1 MOIS ILLIMITÉE POUR NOUVEAUX CLIENTS 40\$

*Tous nos prix incluent les taxes. Les cartes de cours n'ont pas d'expiration. Nos abonnements et nos forfaits ne sont pas remboursables, ne sont pas transférables et ne peuvent être partagés. Les abonnements sont valides dans tous les studios Moksha à Montréal.

MOKSHA YOGA INSPIRÉ

Recharge: ce cours Yang/Yin est basé sur l'équilibre. La première partie du cours est une séquence de flow vivifiant, suivi d'une série de Yin au plancher pour recharger pleinement votre corps.

Hot Yoga Flow: une classe de vinyasa ravigotante et accessible mettant l'accent sur la connexion entre les mouvements du corps et la respiration afin d'approfondir votre pratique.

Power Flow: mouvements de yoga dynamiques et séquences créatives qui incluent alignement soigné.