



*Cours de yoga et Pilates*

740 rue Pontbriand, Repentigny

Hiver 2012 du 9 janvier au 22 avril

450-585-1188

[info@cardiotonix.com](mailto:info@cardiotonix.com)

[www.cardiotonix.com](http://www.cardiotonix.com)



[Inscrivez-vous pour être informé sur les annulations de cours](#)

<i>Mieux-être</i>	<i>CRR</i>
<i>165 Ste-Marie</i>	<i>Charlemagne</i>

<i>Salle de danse</i>	<i>CRR</i>
-----------------------	------------

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
9h30 à 11h Taiji Quan int Hélène Studio 1		9h30 à 11h45 Yoga-Pilates Dyna Mieux-être		9h30 à 10h45 Yoga de l'énergie Dyna Mieux-être		9h à 10h15 Pilates 1 Isabelle Mieux-être
9h30 à 11h30 Taiji Quan avancé Hélène Studio 1	9h30 à 10h45 Viniyoga Dyna Mieux-être					
13h à 14h30 Taiji Quan 16 positions Hélène Studio 1	13h30 à 14h45 Yoga Anti-Stress Dyna Charlemagne					
	16h30 à 17h45 Yoga Dynamique Dyna Mieux-être					
	18h30 à 20h Viniyoga Lyne Mieux-être	18h15 à 19h30 Yoga Pré-natal Josée Mieux-être	18h55 à 19h55 L'himalaya Débutant Charlaine Mieux-être			
	18h45 à 20h Pilates 1 Isabelle Charlemagne		20h à 21h15 Pilates 2 Isabelle Mieux-être			
20h à 21h15 Yoga du Dos Dyna Mieux-être	20h15 à 21h45 Viniyoga Lyne Mieux-être					