

















LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
14:00 - 15:00 Hatha Yoga (NDG) Melanie 					11:45-1:15 pm Hatha Flow Ghislaine 	
	18:15 - 19:15 Hatha Yoga Bhaskar 	18:15 - 19:15 Hatha en douceur Melanie 	18:15 - 19:15 Étirements profonds Yin Melanie 	16:30 - 17:45 Hatha en douceur et réparateur Nancy 	Inscrivez-vous en ligne pour nos ateliers, retraites et formations de professeurs.	18:15 - 19:15 Classe communautaire Huda 
19:45 - 21:00 Yin et massage Michelle 	19:30 - 20:30 Yin et réparateur Bhaskar 	19:30 - 20:30 Yin et relaxation profonde Melanie 	19:30 - 20:30 Méditation kundalini Melanie 	17:00 - 18:00 Yin Yoga (NDG) Kat 		18:15 - 19:30 Réparateur (NDG) Manon 

NOUS OFFRONS MAINTENANT 3 CLASSES PAR SEMAINE DANS L'OUEST DE LA VILLE — À QUELQUES PAS DU MÉTRO VENDÔME!

2000 NORTHCLIFFE AVE, SUITE 219
MONTRÉAL, QC H4A 1Z4

NIVEAU D'EFFORT

 Détente et relaxation	Libérez vos tensions au moyen d'étirements prolongés, de postures soutenues, de techniques de respiration, de relaxation et de pleine conscience pour une expérience de calme profond.
 Équilibré & énergisant	Ces classes accessibles gardent l'équilibre entre le renforcement, l'étirement et la relaxation, procurant un sentiment rafraîchi de bien-être.
 Fort & vivifiant	Ces classes amusantes et stimulantes offrent des séquences dynamiques de postures et de techniques de respiration conçues pour éveiller votre vitalité.

TARIFS

Taxes non-incluses.
Rabais et spéciaux ne peuvent être combinés.

Unique sans inscription: 20\$	Carte de 5 classes: 85\$	Spécial pour nouveaux membres: Premier mois illimité pour 40\$
1 mois illimité: 145\$	Carte de 10 classes: 155\$	Rabais pour étudiants: 15%
Mensuel illimité, renouvellement automatique: 99\$ (4 mois minimum)	Carte de 20 classes: 265\$	Rabais pour aînés: 10%
classe communautaire: 10\$		Rabais pour clients atteints du cancer: 20%

Pour réserver une classe entreprise ou privée, appelez au 514-806-9642.

happytreeyoga.com/fr