

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
14:00 - 15:00 Hatha yoga (NDG) Kat ☀️ ☾	17:45-18:45 Étirements profonds Yin (NDG) Melanie ☾	18:00-19:30 Méthode Dr Bali (Bhakti - 2000 Northcliffe #217) Isabel ☀️ ☾	12:00-13:00 Hatha flow (NDG) Kat ☀️		11:45-13:15 pm Hatha flow Ghislaine ☀️	18:00 - 19:15 Réparateur (NDG) Manon ☾
18:30 - 19:30 Hatha flow (NDG) Naomi ☀️		18:30 - 19:30 Hatha flow - Classe communautaire Professeur étudiant ☀️		Inscrivez-vous en ligne pour nos ateliers, retraites et formations de professeurs.		18:15 - 19:15 Hatha yoga Huda ☀️ ☾
19:30 - 20:45 Yin et massage Michelle ☾	19:30 - 20:30 Yin yoga Jeremy ☾	19:45 - 20:45 Yin yoga Huda ☾	19:00 - 20:00 Étirements profonds Yin Melanie ☾			

NOUVEAU CET AUTOMNE

Le guide yogique pour une belle vie

Série de cours de maître de 8 semaines avec Bhaskar Goswami

Les mardis de 18:30 à 20:30 (Mile-End)
8 octobre au 26 novembre 2019

295 \$ + taxes pour la série

Yoga pour la santé digestive

avec Carole Baillargeon

Vendredi le 4 octobre - 13:00-16:00 (Mile End)

**75\$ + taxes / 60\$ + taxes lorsque combiné avec
la formation yoga méthode douce**

Méditez avec Mel

Série de 4 semaines avec Melanie Richards

Les mercredis de 18:30 à 19:30
9 au 30 octobre 2019

90 \$ + taxes pour la série

Inscrivez-vous en ligne à happytreeyoga.com

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 50\$ taxes incluses
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%