



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8h30 à 10h	YOGA IYENGAR® ADULTE * STUDIO & ONLINE VIA ZOOM avec interaction	YOGA IYENGAR® 9H30 - 11H (à partir de septembre 2023)	YOGA IYENGAR® ADULTE * STUDIO & ONLINE VIA ZOOM avec interaction	YOGA VINYASA 9h - 10h30 YOGA DYNAMIQUE (à partir de septembre 2023)	YOGA IYENGAR® ADULTE * STUDIO & ONLINE VIA ZOOM avec interaction	Cours individuels sur rendez-vous	Résidence artistes Répétitions journée //ou//
15h	Résidence d'artistes Répétitions		YOGA KIDS 8-13 ans 14h à 15h				
16h		Yoga Cours individuels sur rendez-vous	DANSE TECHNIQUE CLASSIC CONTEMPO 6-9 ans niv 1.2	EVEIL DANSE & PSYCHOMOT. 3-5 ans - 16h à 17h		Yoga Cours individuels sur rendez-vous	
17h	Yoga Cours individuels sur rendez-vous	Yoga Cours individuels sur rendez-vous	DANSE CONTEMPO' Jeunes Niv 2 & 3	ATELIER CHOREGR. CONTEMPO. Niv.1.2.3 17h à 18h		STAGES EN FAMILLE Yoga, danse, consultez régulièrement le planning	
18h		Yoga Cours individuels sur rendez-vous	DANSE CLASSIQUE 10-14 ans Niveau 3 17h à 18h30	+ATELIER CHOREGR. CONTEMPO. Niv.3 18h à 18h30	STAGES DANSE CONTEMPORAINE ADULTES consultez le planning 2023-24	Résidence d'artistes Répétitions	
19h		YOGA IYENGAR® 19h - 20h30 (à partir de septembre 2023)	YOGA VINYASA 19h - 20h30 YOGA DYNAMIQUE ADULTE & ADO (à partir de septembre 2023)	YOGA IYENGAR® RESTAURATIF DOUX SEMI-PASSIF * ADULTE & ADO 19h30 à 21h			
19h30	YOGA IYENGAR® ADULTE & ADO 19h30 à 21h					SPECTACLES & CONCERTS consultez le planning	
20h							
20h30							
21h							

Rejoignez nos cours de YOGA à tout moment de l'année.

LES INSCRIPTIONS 2023-24 sont ouvertes pour le YOGA et la DANSE.

contact@studiolateral19.be - +32 476 315 477 - www.studiolateral19.be



L'équipe d'artistes et pédagogues

Marie MARTINEZ

Artiste et Professeure certifiée en Yoga Iyengar ®, Professeure Diplômée d'Etat en enseignement de la danse
Yoga Iyengar® : 8h30 + jeudi soir , + **Psychomot, danse** Jeudi soir + **Stages yoga** dimanche, **stages danse**
www.mariemartinez.eu

Valérie GROYNE

Professeure certifiée en Yoga Iyengar ®
Yoga Iyengar® lundi soir et samedi matin

Sophie BESSE

professeure certifiée en Yoga Iyengar®
Yoga Iyengar® mardi matin + Yoga kids

Camille DA SILVA

professeure certifiée Vinyasa, yoga Alliance
Yoga Vinyasa mercredi soir, jeudi matin

Celia TRANCHAND

artiste et enseignante , diplomée du Conservatoire Royal de Bruxelles, section JAZZ
chant : polyphonie vocale jazz, improvisations, technique vocale => en stage weekend (bientôt sur le site)

Nous vous attendons avec enthousiasme et joie pour une année formidable !