

Pilates au sol & Hatha Yoga

Horaire HIVER 2026

Du 12 janvier au 4 avril 2026 (12 semaines)

COURS INDIVIDUALISÉ - MINI-GROUPE (max.6 personnes)
Développer la présence à soi à travers le mouvement !

Réservation requise par courriel : info@yogacentre-cite.com

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi
			10h30 -11h45 Pilates-ballon		10h30 -11h45 Yoga-Pilates
				12h00 -13h15 Pilates-fusion	
18h30 -19h45 Yoga flow	18h30 -19h45 Pilates Niv.Avancé	18h30 -19h45 Yoga doux & Qi-Gong			

FORFAITS COURS (cours de 75 minutes (taxes incluses)

À la classe 30,00 \$ (ou essai – déductible du futur forfait- en début de session

ESSAI ou à la classe (drop in) sur réservation :30,00 \$

Forfait de 12 cours @ 300,00 \$ (1x semaine)

Forfait de 24 cours @ 530,00 \$ (2x semaine)

Forfait illimité : sur demande

ROUTINE PRIVÉE DISPONIBLE : sur demande

Cours privés @ 75,00\$/h

Cours DUO : 90,00\$/h

www.yogacentre-cite.com ---- info@yogacentre-cite.com ---- Facebook : Yoga Centre-cité

7368, de Normanville, porte 01 – Montréal – H2R 2T9 (près du métro Fabre et Jean-Talon - Téléphone : 514-271-0115