

# Calendrier Hivernal 2025

| Temps   | Lundi  | Mardi  | Mercredi                | Jeudi                        | Vend/Sam                  |
|---------|--|--|-------------------------|------------------------------|---------------------------|
| 9 h     | Yoga-thaï  | Katyoga  | St-Damien<br>Yoga       |                              |                           |
| 12 h    |  | Yoga-thaï  | Yoga-thaï               | Yoga-thaï                    |                           |
| 13 h 15 | Santé à<br>Cœur St-Gab   |  |                         |                              |                           |
| 14 h 30 | Santé à<br> Cœur St-Gab |  |                         |                              |                           |
| 16 h    |  |  |                         |                              |                           |
| 17 h    | St-Damien<br>Atelier Bien-être   | Katyoga<br>Respire  | St-Gabriel<br>municipal | Ste-Émélie<br>Club optimiste |                           |
| 19 h    | St-Damien<br>Yoga  | Katyoga<br>Sivananda   | St-Gabriel<br>municipal | Yoga-thaï                    | Événements<br>sporadiques |

**KAT YOGA**

massage-yoga thaïlandais • cours de yoga