

ST. BARTH SUMMER CAMP YOGA CHALLENGE PROGRAMME 15 JUILLET AU 15 AOUT 2019

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
7h	MASTERING MINDFULNESS-Asanas, Pranayama and Meditation	IYENGAR YOGA WITH SANTHANAM du 7h a 9h	MASTERING MINDFULNESS-Asanas, Pranayama and Meditation	IYENGAR YOGA WITH SANTHANAM du 7h a 9h	MASTERING MINDFULNESS-Asanas, Pranayama and Meditation	Marche dynamique du 7h-9h with DIANA	
8h15							
8h30	Wake Up Yoga with Diana de 8h30 à 9h45		Wake up Yoga with Diana de 8h30 à 9h45		Wake up Yoga with Diana de 8h30 à 9h45		
9h							
9h30		Aqua Vit Water Yoga de 9h30 a 10h30 a Nikki Beach with Diana		Aqua Vit Water Yoga de 9h30 a 10h30 a Nikki Beach with Diana		Aqua Vit Water Yoga de 9h30 a 10h30 a Nikki Beach with Diana	
10	WEEK 1 and 2-Pre and Post natal Yoga with Santhanam from 10H15 to 11h45		WEEK 1 and 2-Pre and Post natal Yoga with Santhanam from 10H15 to 11h45		WEEK 1 and 2-Pre and Post natal Yoga with Santhanam from 10H15 to 11h45		
11	Week 3 and 4 KIDS CAMP de 10h a 11h50 avec LOANA		Week 3 and 4 KIDS CAMP de 10h a 11h50 avec LOANA		Week 3 and 4 KIDS CAMP de 10h a 11h50 avec LOANA		
11h30						Asana Lab et Revision de 11h30 a 13h avec Diana et Santhanam	
11h45							
12	Yoga Therapy de 12h à 13h	FREE STYLE	Yoga Therapy de 12h à 13h	FREE STYLE	Yoga Therapy de 12h à 13h		
13h15	Yoga Challenge de 13h15 à 14h30 avec DIANA						
14h							
14h30						15h-18h Yoga University	
15h	Du mercredi 24 juillet au vendredi 26 juillet, de 15h-17h, cours de 'vie', de musique et de philosophie avec invitée Ustad Daod.						
15h30							
16h							
17h							
18h							
19h	Yoga Zen de 19h-20h30 Diana and Greg	Sound bath with Greg Bosc de 19h a 20h	Yoga Zen de 19h-20h30 Diana and Greg	Meditation à L'église Anglicane de 19h-20h avec Diana	Yoga Zen de 19h-20h30 Diana and Greg		
20h							
20h30							
21h							