

Planning

HEBDOMADAIRE

align
& rise

Melissa URBANO

2026 - 2027



RÉSERVATION
OBLIGATOIRE

MARDI

12h00 - 13h00

NIDRA

NOVES
Soleia Studio

19h15 - 20h15

**MIX
YIN - YANG**

MAZAN
Parent'elle

MERCREDI

12h20 - 13h20

VINYASA

VEDÈNE
Bloomy Studio

17h20 - 18h20

NIDRA

VEDÈNE
Bloomy Studio

JEUDI

16h30 - 17h30

YANG

MONTEUX
au studio

18h00 - 19h00

YIN

MONTEUX
au studio

En dehors des cours
collectifs, je suis **disponible**
sur **réservation** pour :

massages
événements privés
accompagnements
personnalisés

VENDREDI

19h20 - 20h20

NIDRA

VEDÈNE
Bloomy Studio

SAMEDI

9h45 - 10h45

NIDRA

VEDÈNE
Bloomy Studio

10h45 - 11h45

VINYASA

VEDÈNE
Bloomy Studio

DIMANCHE

8h00 - 20h00

ÉVÉNEMENTIEL
UNIQUEMENT

Pas de cours à **Parent'elle (Mazan)**, **Soleia (Noves)** & au cabinet de **Monteux**
pendant les vacances scolaires.

