

Horaires



	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MATIN		●● 7h · 60 min SUNRISE FLOW Elsa	●● 7h · 60 min SUNRISE FLOW Elsa	●● 7h · 60 min SUNRISE FLOW Sarah			
		● 10h · 75 min HATHA DOUX & RESPIRATION Ginette		●● 10h · 75 min MELLOW FLOW Pascale-Audrey		●●● 10h · 75 min VINYASA Joannie	●● 10h · 75 min MELLOW FLOW Nawel
MIDI	●● 12h · 60 min SANGHA FLOW Elsa	●●● 12h · 60 min VINYASA Frances	●● 12h · 60 min SANGHA FLOW Alexandra	● 12h · 60 min HATHA CYCLE & HORMONES AU FÉMININ Ginette	●● 12h · 60 min EXPLORE POSTURE DÉFI Alexandra	●● 12h · 60 min SANGHA FLOW Sarah	●●● 12h · 60 min VINYASA Sophie
	●●● 17h · 60 min YOGA STRENGTH Alexandre	● 17h · 60 min EXPLORE LES FONDAMENTAUX Rocio	●● 17h · 60 min HOLISTIC FLOW Hajar	● 17h · 60 min HATHA & MEDITATION Cynthia	●●● 17h · 60 min VINYASA Sarah	●● 17h · 60 min HAPPY HOUR FLOW Prof Surprise!	
SOIR	●●● 18h15 · 90 min VINYASA EXTASE Alexandre	●●● 18h15 · 75 min POWER YOGA Thomas	●● 18h15 · 75 min SANGHA FLOW Émilie	●● 18h15 · 75 min SANGHA FLOW Marie-Ève	● 18h15 · 75 min YIN & NIDRA PROFOND Hajar		●● 18h15 · 75 min SANGHA FLOW & NIDRA RESTAURATIF Émilie
		●● 19h45 · 60 min CANDLE LIGHT Lucie	● 19h45 · 60 min SUPER BRAIN MEDITATION Émilie	● 19h45 · 60 min YIN AROMATHÉRAPIE Marie-Ève			

J'ai envie de...
I feel like

Me surpasser / Surpassing myself

Flow dynamique et relever de nouveaux défis

Explorer / Exploring, challenging myself

Bouger dans la fluidité du mouvement suivant un rythme modéré.

Ressentir et relaxer / Going within

Bouger dans la détente et évacuer le stress.

Vivre le moment présent / Living in the moment

Bouger selon mes besoins.

Niveaux / Levels

- EXIGEANT / INTENSE
- MODÉRÉ / MODERATE
- DOUX / SOFT

M'aligner et approfondir / Aligning & deepening

Acquérir plus de technique et compréhension de la discipline.

L'horaire complet est disponible sur notre application Sangha Mobile et sur notre site yoga-sangha.com

* Cet horaire peut être sujet à des changements.

Tarifs



Offres Spéciales

Forfait d'introduction / Une semaine illimitée

30 \$

Premier forfait Initiation / Cours illimités sur trois 3 mois

225 \$

Abonnement Régulier

Accès Studio & Online Live | Enregistrement disponible 48h

Un cours régulier

22 \$

Un cours / Masterclass & DJ Sangha Flow, Musique Live

1 cours

25 \$

Carte Éveil

5 cours

100 \$

Carte Constance

10 cours

180 \$

Forfait Révélation

1 mois illimité

145 \$

Forfait Propulsion

3 mois illimité

330 \$

Forfait total/ Entreposage gratuit de votre tapis

1 an illimité

1 195 \$

Tarif étudiants et +65ans: 10 % de rabais.

Masterclass & DJ Sangha Flow, Musique Live sont inclus dans les cartes et les forfaits.

Abonnement Régulier

Accès Online Live | Enregistrement disponible 48h

Sangha Online | 1 cours virtuel

1 cours virtuel

15,95 \$

Sangha Online | Éveil

5 cours virtuels

70 \$

Sangha Online | Révélation

1 mois virtuel illimité

95 \$

Tarif étudiants et +65ans : 10 % de rabais

Abonnement Privilège

Accès Studio & Online Live | Enregistrement disponible 48h

Renouvellement mensuel automatique

Engagement minimum 3 mois.

Entreposage gratuit de votre tapis.

115 \$ /mois

Cours privé (1h)

1 personne

2 personnes

95 \$

3 à 5 personnes

125 \$

5 personnes et +

145 \$

Contactez-nous

Des taxes s'appliquent.

Politiques d'adhésion

Un forfait de type illimité octroie l'accès sans restriction aux cours réguliers à l'horaire pour la période prescrite. Une carte de cours régulière offre la participation au cours régulier au choix du titulaire, pour le nombre de cours auquel il/elle a souscrit. Les cartes sont valables un an à partir de la date d'activation. Les cartes et les forfaits ne sont ni transférables, ni remboursables et ne peuvent être partagés. Les cartes et les forfaits doivent être débutés dans les 6 mois suivant la date d'achat. Les cartes et les forfaits ne peuvent être suspendus que pour cause de maladies. La demande doit être faite au moment de la survenue de la maladie (note médicale à fournir). Les forfaits peuvent être prolongés pour vacances une fois durant la durée du forfait (sauf Révélation) à raison de maximum une @ semaine pour le Propulsion et quatre @ semaines pour le Total. La demande doit être faite avant la date de voyage. Réductions étudiants ou 65+ sur présentation de cartes étudiants à temps plein ou âge d'or. Les rabais et offres ne peuvent être jumelés.