



# LE TIGRE

DEAUVILLE



HOTEL BARRIÈRE  
**LE NORMANDY**  
DEAUVILLE



HOTEL BARRIÈRE  
**LE ROYAL**  
DEAUVILLE

# PROGRAMME D'AOÛT

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
9H00						9H00 - 10H00 <b>Vinyasa - Judith</b> <small>Exclusivement réservé aux abonnés Tigre Deauville et sous réservation</small>	9H00 - 10H00 <b>Vinyasa - Judith</b> <small>Exclusivement réservé aux abonnés Tigre Deauville et sous réservation</small>
10H00	10H15 - 11H45 <b>Hatha et alignement</b>		10H15 - 11H45 <b>Vinyasa Yoga Judith</b>	10H15 - 11H15 <b>Hatha et alignement Mireille</b>	10H15 - 11H15 <b>Yoga Family Adèle</b>	10H15 - 11H15 <b>Pilates au sol Virginie</b>	10H15 - 11H15 <b>Yoga de la femme Clémentine</b>
10H30		10H30 - 12H00 <b>Yin Yoga Judith</b>	11H00 - 12H00 <b>Pilates au sol Virginie</b>	10H30 - 12H00 <b>Introduction au kundalini Yoga Adèle</b>		10H30 - 11H30 <b>Yoga de la femme Clémentine</b>	10H15 - 11H15 <b>Yin Yoga Judith</b>
11H00				11H30 - 12H30 <b>Pilates au sol Virginie</b>	11H15 - 12H45 <b>Yin et Méditation Adèle</b>	11H30 - 12H30 <b>Yin Yoga - Judith</b>	11H15 - 12H15 <b>Pilates au sol Virginie</b>
11H30					11H45 - 12H45 <b>Pilates au sol Virginie</b>		
12H00		12H15 - 13H15 <b>Vinyasa Yoga Judith</b>	12H00 - 13H30 <b>Hatha et alignement Mireille</b>				
12H30							
13H00				13H15 - 14H15 <b>Hatha et alignement Mireille</b>	13H15 - 14H15 <b>Hatha et alignement Mireille</b>	13H00 - 14H00 <b>Hatha Yoga - Judith</b>	12H30 - 13H30 <b>Hatha Yoga Judith</b>
13H30							
14H00	13H30 - 15H00 <b>Hatha et alignement Mireille ou Judith</b>						13H45 - 15H15 <b>Vinyasa Yoga Judith</b>
14H30		14H30 - 16H00 <b>Yin Yoga Judith</b>					
15H00			15H00 - 16H30 <b>Kundalini &amp; Science des chakras Adèle</b>		15H00 - 16H30 <b>Yoga de la femme Clémentine</b>		
15H30							
16H00	16H00 - 17H00 <b>Vinyasa Yoga Judith</b>			16H00 - 17H00 <b>Vinyasa Yoga Singh</b>	16H00 - 17H30 <b>Kundalini &amp; Science des chakras Adèle</b>	16H00 - 17H00 <b>Vinyasa Yoga Judith</b>	15H30 - 16H30 <b>Soft Yoga Clémentine</b>
16H30		16H30 - 17H30 <b>Hatha Yoga - Judith</b>	16H30 - 17H30 <b>Yin yoga Adèle</b>		16H30 - 17H30 <b>Soft Yoga Clémentine</b>		16H30 - 17H30 <b>Vinyasa Yoga - Singh</b>
17H00						17H00 - 18H00 <b>Pilates au sol Virginie</b>	
17H30	17H30 - 18H30 <b>Ashtanga Yoga Singh</b>		17H30 - 18H30 <b>Vinyasa Yoga Singh</b>	17H30 - 18H30 <b>Vinyasa Yoga Singh</b>			17H30 - 18H30 <b>Ashtanga Yoga Singh</b>
18H00		18H00 - 19H00 <b>Pilates au sol Virginie</b>	18H00 - 19H00 <b>Yin Yoga Judith</b>	18H00 - 19H00 <b>Pilates au sol Virginie</b>	18H00 - 19H00 <b>Pilates au sol Virginie</b>	18H00 - 19H30 <b>Candlelight Hatha Yoga Judith</b>	
18H30							
19H00				19H00 - 20H00 <b>Yin Yoga Judith</b>	18H30 - 19H30 <b>Hatha Yoga Singh</b>		19H00 - 20H00 <b>Yin Yoga Judith</b>
19H30							
20H00							

## Informations et réservations :

Le Normandy : 02 31 98 65 65  
[www.spadianebarriere-lenormandy.com](http://www.spadianebarriere-lenormandy.com)  
[spalenormandy@groupebarriere.com](mailto:spalenormandy@groupebarriere.com)

Le Royal Deauville : 02 31 98 68 18  
[www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com](http://www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com)  
[spaleroyal@groupebarriere.com](mailto:spaleroyal@groupebarriere.com)

- Hôtel Le Royal
- Hôtel Le Normandy
- Uniquement du 5 au 31 juillet

Inscription aux cours obligatoire  
 Annulation non facturée jusqu'à 3 heures avant le début du cours

**Les sessions de 9h00 sont exclusivement réservées aux membres du Tigre Deauville sur inscription.**

Les plannings mensuels sont susceptibles de modifications.  
 Merci de vérifier vos horaires à l'inscription. Plannings valable jusqu'au 31 Août

### Présences :

Virginie: 1 au 8 août, et du 23 au 31 août  
 Mireille: du 5 au 9 août, ainsi que les lundis, jeudi 15 août 13h15  
 + atelier 16 août

### Absences :

Judith: 14/15/16 et 19 au 22 Août  
 Mireille: du 5 au 9 août, ainsi que les lundis, jeudi 15 août 13h15  
 Claudia: tout le mois  
 Florence: tout le mois



## Cours collectifs 2019

Yoga, Pilates...

Cours à l'unité .....	24 €
Carnet de 10 cours .....	220 €
Carnet de 20 cours .....	400 €
Offre premium 1 an de cours collectifs illimités .....	1600 €
Offre Unlimited Week 1 an semaine (valable du dimanche 14h00 au vendredi 14h00) .....	900 €

**-15%\* pour les  
résidents de Deauville**  
sur les cours collectifs  
(hors Offre Week),  
cours privés

**-15%  
pour les abonnés**  
du Tigre Yoga Club de Paris  
sur justificatif d'inscription

\* Du lundi au vendredi, sur présentation d'un justificatif de domicile.  
Tarifs 2019, cours selon programmation, se renseigner auprès des Spas.  
Tarifs révisibles à tout moment.

# BE DIFFÉRENT BE BARRIÈRE

## SOIN SIGNATURE DIANE BARRIÈRE

60MIN **119 €** - 90MIN **169 €**

Le soin signature Diane Barrière pour le corps est un voyage ré-énergisant basé sur des étirements, effleurages, massages et pressions inspirés techniques énergétiques et neuromusculaires.

Spécialement créé pour ressourcer, déstresser, détoxifier et booster durablement : ce soin est un véritable baume régénérateur, alliant puissance et douceur, qui rééquilibre les énergies du corps. Elaboré par les professionnels des Spas Diane Barrière, ce soin permet de réparer les impacts du rythme effréné de la vie urbaine.

Renseignements & Réservations :

[www.resortbarriere-deauville.com](http://www.resortbarriere-deauville.com)

Détox • Énergie • Relaxation • Régénération • Beauté

**Découvrez les Spas Diane Barrière Deauville**

LE NORMANDY - LE ROYAL - L'HÔTEL DU GOLF

CET ÉTÉ, RETROUVEZ  
LES COURS DE YOGA  
SUR LA PLAGE\*

\*Programme des cours payants disponibles aux Spas sur réservation et selon conditions météorologiques.  
Soyez transformé, soyez Barrière. Voir les conditions et les disponibilités sur [www.hotelsbarriere.com](http://www.hotelsbarriere.com).  
Groupe Barrière SAS au capital de 1215 144,68 €. R.C.S. Paris : 320 050 859 - © L. Fau / F. Rambert - [HOTELS BARRIÈRE](http://www.hotelsbarriere.com)

DB

SPA

DIANE BARRIÈRE





SPA

**DIANE BARRIÈRE**



**Informations et réservations :**

Le Normandy : 02 31 98 65 65  
[www.spadianebarriere-lenormandy.com](http://www.spadianebarriere-lenormandy.com)

Le Royal : 02 31 98 68 18  
[www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com](http://www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com)

