



# LE TIGRE

YOGA CLUB - DEAUVILLE



HOTEL BARRIÈRE  
**LE NORMANDY**  
DEAUVILLE



HOTEL BARRIÈRE  
**LE ROYAL**  
DEAUVILLE

# PROGRAMME DU MOIS D'OCTOBRE

	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10H						10H00-11H00 Yoga Family Aurore	10H00-11H00 Pranayama et méditation
10H30		10H30 - 12H00 Hatha Yoga Aurore		10H30 - 12H00 Vinyasa Yoga Aurore	10H30 - 12H00 Vinyasa Yoga Aurore		10H00-11H30 Hatha Yoga Babeeta
11H	11H00 - 12H00 Morning Hatha Flow Yoga - Babeeta		11H00 - 12H00 Ashtanga Yoga initiation - Anouka			11H15-12H15 Yoga Family Aurore	11H00-11H30 Kundalini Yoga Edel
11H30						11H15-12H15 Morning flow Yoga - Babeeta	11H00-12H30 Ashtanga Yoga Anouka
12H							
12H30	12H30 - 13H30 Pilates au sol Shakti		12H30 - 13H30 Pilates au sol Shakti	12H15 - 13H15 Body enhance Claudia	12H15 - 13H15 Pilates au sol Shakti	12H15 - 13H15 Kundalini Yoga Edel	12H30 - 13H30 Pilates au sol Shakti
13H							
13H30	13H30 - 14H30 Vinyasa Yoga Aurore	13H15 - 14H15 Ashtanga Yoga Anouka	13H30 - 14H30 Ashtanga Yoga Anouka	13H30 - 14H30 Swiss ball Shakti	13H00 - 14H30 Hatha Yoga Edel		
14H							
14H30				14H45 - 15H45 Yin Yoga Anouka			14H00-15H00 Ashtanga Yoga Anouka
15H					15H00-16H00 Ashtanga Yoga Anouka	15H00 - 16H00 Barre au sol Florence	
15H30							
16H						16H00 - 17H00 Zumba indienne - Bhangra Beat Babeeta	
16H30							
17H							
17H30						17H30 19H00 Candlelight Hatha Yoga Aurore	17H00 - 18H30 Ashtanga Yoga Edel
18H			18H00 - 19H00 Pilates au sol Shakti	18H00 19H30 Yin yoga Edel	18H00-19H00 Hatha yoga Babeeta	18H00 19H30 Vinyasa yoga Edel	
18H30	18H30 - 20H00 Hatha Yoga Babeeta	18H15 - 19H45 Yin Yoga Anouka		18H30 20H00 Sri sri Yoga Babeeta			
19H			19H00 - 20H30 Yin Yoga Anouka		19H00 20H30 Yin Yoga Anouka		18H30 - 20H00 Hatha Yoga Babeeta
19H30					19H30-20H30 Yin Yoga Edel		
20H							
20H30							

## 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
	Vacances Toussaint du 21/10 au 02/11/17 Hôtel Le Normandy

Tous les cours sont sur réservation obligatoire. Les cours peuvent être annulés 3 heures avant l'horaire de début sans préavis.

Programmes donnés à titre d'exemple, valables en octobre 2017 et susceptibles de modifications.



Be différent,  
be Barrière

Détox + Energie + Relaxation + Régénération + Beauté  
Découvrez les nouveaux Spas Diane Barrière Deauville

LE NORMANDY - LE ROYAL - L'HÔTEL DU GOLF

[www.resortbarriere-deauville.com](http://www.resortbarriere-deauville.com) - Informations : 02 31 98 65 65

**DB**  
SPA  
**DIANE BARRIÈRE**  
♦ ♦ ♦ ♦ ♦

Soyez différent, soyez Barrière.

Groupe Lucien Barrière SAS au capital de 1 215 144,68 euros R.C.S. Paris : 320 050 859 e Laurent Fau / Fabrice Rambert **red**

**DB**  
SPA  
**DIANE BARRIÈRE**  
♦ ♦ ♦ ♦ ♦

**LE TIGRE**  
YOGA CLUB - DEAUVILLE



## AUTUMN YOGA

Démarrer l'automne par une bonne résolution ! La pratique du yoga vous permettra d'enchaîner les exercices physiques en développant le contrôle du mental dans toute situation et une bienfaitante capacité à lâcher prise !

La pratique yogique va vous réapprendre à respirer, à vous écouter, à prendre du temps pour vous et à développer une hygiène de vie bénéfique, pour un apaisement naturel, une «renaissance» au travers d'un mode de vie dynamique et sain.

Pour toute souscription à un abonnement à l'année,  
un tapis Lolé Air et un cours de Yoga privé avec un des professeurs  
du Tigre Deauville (au choix) offerts !

Informations et réservations au **02 31 98 68 18** ou sur [spaleroyal@groupebarriere.com](mailto:spaleroyal@groupebarriere.com)  
[www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com](http://www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com)

Valable aux Spas Diane Barrière Le Royal et Le Normandy abonnement nominal/valable un an à compter de 20th achat - sous réserve de disponibilité et de stock.  
Abonnement illimité 1600€, abonnement limité du dimanche 1400€ au vendredi 1400€ à 900€. Offre non cumulable avec d'autres promotions.



## Cours collectifs

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 €

## Cours de Pilates sur machines 60 mn

Cours solo .....	90 €
10 cours .....	780 €

**-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 révisibles à tout moment.



RESORT  
**BARRIÈRE**  
DEAUVILLE

et retrouvez également les brochures  
des Spas Diane Barrière sur  
[www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com](http://www.spadianebarriere-leroyaldeauville.com)  
[www.spadianebarriere-lenormandy.com](http://www.spadianebarriere-lenormandy.com)

