



LE PALACE  
DE MENTHON

PRIVILÈGE CLIENTS HÔTEL  
HOTEL GUEST PRIVILEGES

# YOGA & COACHING

DU 7 JUILLET AU 21 AOÛT  
FROM JULY 7<sup>TH</sup> TO AUGUST 21<sup>TH</sup>

---

## YOGA avec with Amélie

Mouvement, respiration et relaxation  
*Movement, breathwork, and relaxation*

Mercredi *Wednesday*

8h 8a.m.

Jeudi *Thursday*

8h 8a.m.

---

## COACHING avec with Constantin

Réveil musculaire, abdos-fessiers, BodyPump  
*Muscle Wake-Up, Abs & Glutes, BodyPump*

Mardi et vendredi *Tuesday and Friday*

8h 8a.m.

**Gratuit Free | 1h | Capacité Capacity 10 pers.**

## RÉSERVATION

À la réception de l'hôtel ou 1070 ou 06 59 60 40 78.

*Hotel reception or dial 1070 or +33 6 59 60 40 78.*

*Places limitées. Limited availability.*