

Jour	Cours	Horaires	Intervenants
Lundi	Pilates	10h - 11h	Gwenaëlle Boudec-Combes
	Yoga sur chaise	15h30 - 16h30	Magalie Gasnier
	Yoga	16h45 - 17h45	Nathalie Robert
	Sophrologie	18h10 - 19h10	Catherine Renault
	Yoga	19h20 - 20h20	Magalie Gasnier
	Méditation	20h30 - 21h30	Nathalie Robert
Mardi	Feldenkrals	9h30 - 10h30	Laurence Roussel
	Yoga	10h45 - 11h45	Magalie Gasnier
	Tai-Chi-Chuan débutant	13h15 - 14h15	Cathy Drouet
	Feldenkrals	14h30 - 15h30	Laurence Roussel
	Qi Gong	16h30 - 17h30	Jacky Dorléans
	Qi Gong	17h45 - 18h45	Isabelle Duval
	Sophrologie	19h - 20h	Catherine Renault
	Yoga	20h15 - 21h15	Nathalie Robert
Mercredi	Qi Gong de la Femme débutant	9h45 - 10h45	Françoise Lorence
	Qi Gong de la Femme avancé	11h - 12h	Françoise Lorence
	Yoga Enfants	15h - 16h	Magalie Gasnier
	Relax Enfants	16h15 - 17h15	Catherine Renault
	Feldenkrals	18h30 - 19h30	Laurence Roussel
	Pilates	19h45 - 20h45	Maud Nicolas
Jeudi	Sophrologie	9h15 - 10h15	Anne Mauboussin
	Tai-Chi-Chuan débutant	11h30 - 12h30	Cathy Drouet
	Tai-Chi-Chuan armes (bâton / éventail)	12h30 - 13h15	Cathy Drouet
	Tai-Chi-Chuan avancé	13h15 - 14h15	Cathy Drouet
	Yoga	14h30 - 15h30	Nathalie Robert
	Feldenkrals	17h30 - 18h30	Laurence Roussel
	Tai-Chi-Chuan débutant	18h45 - 19h45	Cathy Drouet
	Tai-Chi-Chuan éveil aux arts martiaux	20h - 21h	Cathy Drouet
Vendredi	Yoga	9h - 10h	Nathalie Robert
	Pilates	14h15 - 15h15	Maud Nicolas
	Qi Gong	17h30 - 18h30	Isabelle Duval
	Pilates	18h30 - 19h30	Gwenaëlle Boudec-Combes
Samedi	Feldenkrals	10h - 12h	Laurence Roussel (15 x 2h)

* Planning susceptible d'être modifié en cours d'année selon le nombre d'inscriptions par cours.
Cours Adultes dès 14 ans / Cours enfants dès 6 ans