

PORTES OUVERTES

Dimanche 19 juin 2022



Venez découvrir et tester nos activités GRATUITEMENT
Yoga - Tai Chi Chuan - Feldenkrais
Sophrologie - Méditation
Qi Gong - Pilates

10% de réduction
en vous pré-inscrivant
jusqu'au 4 juillet 2022

9h à 19h

*Apéritif dinatoire
pour clôturer la journée*

Association Spirales - Centre Beaulieu
176 avenue François Chancel - 72000 Le Mans



02 43 23 20 47

accueil@centrebeaulieu-lemans.fr

www.centrebeaulieu-lemans.fr



PORTES OUVERTES

Dimanche 19 juin 2022

Horaires	Activités	Intervenant-e
9h - 9h45	Qi Gong de la femme	Françoise Lorence
9h45 - 10h30	Feldenkrais	Laurence Roussel
10h30 - 11h15	Sophrologie	Anne Mauboussin
11h15 - 12h	Pilates	Maud Nicolas
12h - 12h45	Yoga	Peggy Blanchard
12h45 - 13h30		
13h30 - 14h15	Sophrologie	Catherine Renault
14h15 - 15h	Yoga	Magalie Gasnier
15h - 15h45	Yoga adapté	Magalie Gasnier
15h45 - 16h30	Yoga enfant	Magalie Gasnier
16h30 - 17h15	Qi Gong	Jacky Dorléans
17h15 - 18h	Tai Chi Chuan	Cathy Drouet
18h - 18h45	Méditation	Véronique Prin

10% de réduction
en vous pré-inscrivant jusqu'au 4 juillet 2022