



Adultes

Cours de yoga (1h00)	Mercredi soir 18h30-19h30
Cours de méditation (1h00)	Mercredi soir 19h30-20h30
Cours de yoga et méditation (1h30)	Vendredi matin 9h-10h30
Atelier d'autodéfense instinctive mixte « workshop »	Judi 01.10.2020 - 20h-22h
Atelier d'autodéfense instinctive mixte « workshop »	Judi 05.11.2020 - 20h-22h
Atelier d'autodéfense instinctive mixte « workshop »	Judi 10.12.2020 - 20h-22h
Atelier entretiens ménagers produits naturels	Samedi 07.11.2020 - 9h – 12h00
Atelier produits cosmétiques maison	Samedi 05.12.2020 - 9h – 12h00

Enfants

Cours d'autodéfense instinctive enfants mixte	Mercredi 23.09.2020 16h-18h
Cours d'autodéfense instinctive enfants mixte	Mercredi 04.11.2020 16h-18h
Cours d'autodéfense instinctive enfants mixte	Mercredi 09.12.2020 16h-18h

