



Adultes

Cours de yoga (1h30)	Lundi soir 19h-20h30
Cours de yoga (1h00)	Mercredi soir 18h30-19h30
Cours de méditation (1h30)	Mercredi soir 19h30-21h00
Cours de yoga et méditation (1h30)	vendredi matin 9h-10h30
Atelier découverte chakra racine	27 janvier 2020 9h30 - 11h
Atelier découverte chakra sacré	Lundi 10 février 2020 9h30 - 11h
Atelier découverte chakra plexus solaire	Lundi 9 mars 2020 9h30 - 11h
Atelier découverte chakra cœur	Lundi 30 mars 2020 9h30 - 11h
Atelier découverte chakra gorge	Lundi 27 avril 2020 9h30 - 11h
Atelier découverte chakra 3ème œil	Lundi 25 mai 2020 9h30 - 11h
Atelier découverte chakra coronal	Lundi 29 juin 2020 9h30 - 11h
Atelier d'autodéfense instinctive mixte « workshop »	Vendredi 20.03.2020 - 19h-21h30
Atelier d'autodéfense instinctive mixte « workshop »	Vendredi 15.05. 2020 – 19h-21h30
Atelier d'autodéfense instinctive mixte « workshop »	Vendredi 10.07. 2020 – 19h-21h30
Atelier produits cosmétiques maison	Samedi 21.03.2020 9h – 12h00
Atelier entretiens ménagers produits naturels	Samedi 02.05.2020 9h – 11h30

Enfants

Cours d'autodéfense instinctive enfants mixte	Mercredi 18.03.2020 16h-18h
Cours d'autodéfense instinctive enfants mixte	Mercredi 13.05.2020 16h-18h
Cours d'autodéfense instinctive enfants mixte	Mercredi 08.07.2020 16h-18h
Atelier « Cap sur la confiance »	Samedi 14, 21, 28 mars/ 9,16,30 mai 2020 9h-11h30

