

## Programme 2021/2022

Début des cours : **lundi 6 Septembre 2021**

**Pour l'instant nous acceptons seulement 8 élèves par cours.** Un cours gratuit pour essayer selon les possibilités d'accueil. Apporter tapis, serviette et coussin. Inscription auprès du professeur.

Lundi	8h30	10h15	12h	14h15	16h15	18h15	18h15	20h
	Anita <i>Yoga Vinyasa</i>	Antoinette Qi Qong	Christelle	Christelle	Marie-Pierre	Anita <i>Vinyasa</i>	Marie-P. Méditation <i>visio</i>	Sophie Bé.
Mardi	9h		12h15	14h	16h30	18h15	20h	20h
	Marie-pierre		Claire	Claire	Catherine	Marie - Pierre	Benoit Méditation	Marie-P. Méditation <i>visio</i>
Mercredi	9h	10h45	12h30	14h15	16h	18h15	18h30	20h
	Marie-pierre	Christelle	Catherine <i>Sophrologie</i>	Anita <i>Vinyasa</i>	Anita <i>Vinyasa</i>	Antoinette Qi Qong	Marie-P. Méditation <i>visio</i>	Sophie Bé.
Jeudi	7h	9h	10h15	12h30	14h15	16h	18h15	18h15
	Benoit Méditation	Christelle	Florence	Sophie Ch.	Sophie Ch.	Christelle	Anaïs	Marie-P. <i>visio</i>
Vendredi	9h	10h45	12h30	14h30	17h15		18h30	19h
	Florence	Florence <i>Yoga doux</i>	Sophie Bé.	Anita <i>Vinyasa</i>	Rosalie		Marie-Pierre Méditation <i>visio</i>	Christophe Méditation
Dimanche		10h						
		Nathalie						

**Tarifs inchangés** : Adhésion annuelle à l'association **30€**.

Exceptionnellement **15€** pour les adhérents de 2020/2021

Les cours de Yoga, **Sophrologie** et de **Qi Qong** durent 1h15.

Les cours de **Méditation** durent 1 heure.

- **Yoga, Sophrologie et Qi Qong** : cotisation annuelle **222€** en 3 chèques de 74€,74€,74€ encaissés les 15 octobre, 15 janvier, 15 avril libellés à l'ordre du professeur

- **Méditation seule** : cotisation annuelle **30€**