

ASSOCIATION MSA YOGA SOPHROLOGIE TAIJI QIGONG

[courriel : yoga.msa@gmail.com](mailto:yoga.msa@gmail.com)

ATELIERS 2022- 2023

INSCRIPTIONS : participation de 15€ par personne et par atelier, s'inscrire en ligne sur le SITE : www.yoga-sophrologie-taichi.fr

DATES	HORAIRE/ SALLE	DISCIPLINE/ THEMES	ANIMATION	MATERIEL	PUBLIC	Nombre maxi. d'inscriptions
Dimanche 20 novembre 2022	10h - 12h - Rexy Salle gym/danse	Yin Yoga	Joanne	tapis - coussin - couverture	Tout public	15 participants
Samedi 26 novembre 2022	10h - 12h - Rexy Salle gym/danse	Pratique approfondie du Halta-Yoga	Stéphanie	tapis - coussin - couverture	Tout public	15 participants
Samedi 3 décembre 2022	10h - 12h - Rexy Salle gym/danse	Découverte de la Sophrologie	Sophie	tapis - coussin - couverture	Tout public	15 participants
Samedi 10 décembre 2022	14h - 17h Gymnase Berthelot	Tai Ji	Pierre	Tenue de Tai Ji ou tenue de sport souple et ample	Pratiquants TAI Ji	20 participants
Samedi 21 janvier 2023	14h - 17h Gymnase Berthelot	Tai Ji à l'éventail	Sylvie	Tenue de Tai Ji ou tenue de sport souple et ample	Pratiquants TAI Ji	20 participants
Samedi 11 février 2023	10h - 12h - Rexy Salle gym/danse	Découverte de la Sophrologie	Sophie	tapis - coussin - couverture	Tout public	15 participants
Samedi 18 mars 2023	10h - 12h - Rexy Salle gym/danse	Pratique approfondie du Halta-Yoga	Stéphanie	Tapis - coussin - couverture	Tout public	15 participants
Samedi 15 avril 2023	14h - 17h - Gymnase Berthelot	Tai Ji	Pierre	Tenue de Tai Ji ou tenue de sport souple et ample	Pratiquants TAI Ji	20 participants