



Association Mont-Saint-Aignan Yoga Tai Ji Qi Gong Sophrologie



Lieux de pratique : **Maison du Rexy** – **Maison des Scouts**
Gymnases Camus - **St-Exupéry** - **Berthelot**

Contacts : Courriel de l'association : yoga.msa@gmail.com
Michel Esnault, Secrétaire : yoga.msa@gmail.com,
Isabelle Edin-Klaes, Présidente : presidence@yoga-sophrologie-taichi.fr

Période des cours : Reprise des cours le lundi 1 septembre 2025.
Calendrier : Nous suivons le calendrier scolaire : donc pas de cours pendant les vacances.

Site web : Tarifs & Inscriptions en ligne : <https://www.yoga-sophrologie-taichi.fr>
Ou scanner le QR code pour accéder au site web



Horaire des cours 2025-2026

Discipline	Jour	Horaire : professeur - Lieu & salle
Yoga	Lundi	12h-13h30 : Joanne - Rexy salle Parquet
		19h-20h30 : Stéphanie - Maison des scouts
	Mardi	09h-10h30 : Joanne - Rexy salle Gym/danse
		10h30-12h : Joanne - Rexy salle Gym/danse
		14h-15h30 : Joanne - Rexy Grande salle
		19h-20h30 : Marie-Hélène - Maison des scouts
	Mercredi	09h-10h30 : Joanne - Rexy salle Gym/danse
		10h30-12h : Marie-Thérèse - Rexy Grande salle
		14h30-16h : Joanne - Rexy Grande salle
	Jeudi	17h-18h30 : Stéphanie - Rexy salle Gym/danse
		18h45-20h15 : Stéphanie - Rexy salle Gym/danse
		19h-20h30 : Joanne - Rexy salle Jardin
	Vendredi	9h00-10h30 : Joanne - Rexy salle Gym/danse
Méditation-Yoga	Mercredi	19h-20h30 : Marie-Thérèse - Rexy salle Parquet
Sophrologie	Mercredi	10h30-12h : Sophie - Rexy salle Gym/danse
Tai Ji	Lundi	18h30-21h30 (*) : Pierre - Gymnase Berthelot
	Mercredi	20h15-21h45 : Pierre - Gymnase St Exupéry
	Jeudi	19h30-21h : Saïd - Rexy salle parquet
	Vendredi	18h30-20h : Sylvie - Gymnase Camus
Qi Gong	Mercredi	17h30-19h : Saïd - Rexy salle Gym/danse
	Jeudi	18h-19h30 : Saïd - Rexy salle parquet

(*) : Le cours normal de 1h30 se prolonge pour les adhérents souhaitant pratiquer la spécialité « Tai Ji Armes »