

PLANNING MARS

Lundi 03		Pilates 18H30-19H30
Mardi 04		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Mercredi 05	Yoga 11H00-12H00 Pilates 12H00-13H00	Parcours sensoriel et méditatif 13H30-15H30(extérieur) Yin Yoga sonore18H30-19H15
Jeudi 06		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Vendredi 07	Pilates 9H30-10H30 Yoga 11H00-12H00	Yin Yoga sonore17H30-18H45 Cercle de chants 19H30
Samedi 08	SALON BIEN ETRE CARNAC(salle Menec)	SALON BIEN ETRE CARNAC(salle Menec)
Dimanche 09	SALON BIEN ETRE CARNAC(salle Menec)	Ecstatic Danse 9H45 13H00
Lundi 10		Pilates 18H30-19H30
Mardi 11		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Mercredi 12	Yoga 11H00-12H00 Pilates 12H00-13H00	Parcours sensoriel et méditatif 13H30-15H30(extérieur) Yin Yoga 18H30-19H30
Jeudi 13		Relaxologie 17H00-19H00(Bat1salle 4)
Vendredi 14	Pilates 9H30-10H30 Yoga 11H00-12H00	Yin Yoga sonore18H00-19H15
Samedi 15 Dimanche 16	Formation magnétisme Avec Roland Le Gal	
Lundi 17		Pilates 18H30-19H30
Mardi 18		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Mercredi 19	Yoga 11H00-12H00 Pilates 12H00-13H00	Parcours sensoriel et méditatif 13H30-15H30(extérieur) Yin Yoga sonore18H30-19H45

Jeudi 20		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Vendredi 21	Pilates 9H30-10H30 Yoga 11H00-12H00	Yin Yoga sonore17H30-19H45 Voyage sonore 19H30-20H30
Samedi 22	La création en soi avec	Myriam et Sylphea
Dimanche 23	Bain sonore avec Aline	
Lundi 24		Pilates 18H30-19H30
Mardi 25		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Mercredi 26	Yoga 11H00-12H00 Pilates 12H00-13H00	Parcours sensoriel et méditatif 13H30-15H30(extérieur) Yin Yoga sonore18H30-19H15
Jeudi 27		Relaxologie 17H00-19H00 (Bat1salle 4)
Vendredi 28	Pilates 9H30-10H30 Yoga 11H00-12H00	Yin Yoga sonore17H30-18H45
Samedi 29	LE COUPLE ET MOI	<u>Session Exercer son ressenti</u> 14h00-16h00 (Bat1salle 4)
Dimanche 30	LE COUPLE ET MOI	avec Anne Jausiome

SEMAINE /

Yoga Pilates : Sylvie / 06 16 54 08 70

Yin Yoga/voyage sonore/Cercle de chant : Maëlle / 06 64 99 01 18

Relaxologie /atelier Exercer son ressenti / Géobiologie : Isabelle / 06 72 52 70 82

WEEK END /

Atelier : La création en soi avec Myriam / 06 43 28 17 89

Bain sonore avec Aline / 06 64 29 67 63

Ecstatic Danse / Agnès : 06 02 51 07 70

Formation magnétisme /Roland : 06 72 69 09 83

Le couple et moi avec Anne Jausiome /06 13 41 92 20