

Bonjour à tous,
**« Invite la magie et la
douceur dans ta Vie ! »**

Nous vous souhaitons un beau
mois d'Octobre !



MARDI 7+14 octobre

- **Viniyoga** de 9h00 à 10h00
- **Gym Douce** de 10h10 à 11h10
- **Yoga Senior/Yoga adapté** de 11h15 à 12h15
 - **Pilâte** de 18h00 à 19h00
- **Viniyoga** de 19h15 à 20h15

Cours animés par Nadine Zen
Inscriptions : 06 16 92 64 02

JEUDI 2+9+16 octobre

de 18h15 à 19h15 et de 19h30 à 20h30

Cours de Viniyoga

Animé par Nadine Zen

Inscriptions : 06 16 92 64 02

Du LUNDI au MARDI de 9h00 à 18h00

MARDI 7+21 octobre de 9h00 à 18h00

MARDI 7+14+21+28 octobre de 9h00 à 14h00

JEUDI 2+9+16+23+30 octobre de 9h00 à 14h00

SAMEDI 11 octobre de 9h00 à 13h00

MERCREDI 1+8+15 octobre de 19h30 à 21h30

Atelier de Biodanza

Animé par Coralie Goulinet Mateo

Inscription : 06 59 32 48 13 –

etviedanse38@gmail.com

VENDREDI 3+10+17 octobre
de 9h00 à 10h30

MARCHE NORDIQUE animée

par Nadine Zen

Inscriptions : 06 16 92 64 02



Sophrologie et énergie

Rdv avec Sylvie Stocker

Inscriptions : 06 79 61 67 97

Thérapie psycho-corporelle Conscience Physiologique

Rdv avec Régine Dayer

Inscriptions : 06 88 89 69 55

Réflexologie plantaire féminine et pédiatrique

Rdv avec Magali Savouré

Inscriptions : 06 50 45 34 93