



Le Aat
la méthode sport

CALENDRIER AATELIERS 2008/2009

SAMEDI 27 SEPTEMBRE	Tai-Chi "applications martiales"	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 11 OCTOBRE	Yoga "débloquer et renforcer les articulations"	14h30/17h00	55 €
SAMEDI 18 OCTOBRE	Barre au sol	14h30/16h00	50 €
SAMEDI 8 NOVEMBRE	Danse Orientale "style arabo andalou"	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 22 NOVEMBRE	Tai Chi "danse de l'énergie"	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 29 NOVEMBRE	Qi Gong	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 6 DÉCEMBRE	Yoga "soulager le dos et réveiller l'énergie intracorporelle"	14h30/17h00	55 €
SAMEDI 10 JANVIER	Barre au sol	14h30/16h00	50 €
SAMEDI 17 JANVIER	Tai Chi "santé et bien-être"	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 7 FÉVRIER	Yoga "cultiver sa conscience et la compréhension de soi"	14h30/17h00	55 €
SAMEDI 7 MARS	Danse orientale avec voiles	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 14 MARS	Tai Chi "applications martiales"	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 28 MARS	Qi Gong	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 4 AVRIL	Yoga et alimentation ayurvédique	14h30/17h00	55 €
SAMEDI 16 MAI	Barre au sol	14h30/16h00	50 €
SAMEDI 23 MAI	Tai Chi "danse de l'énergie"	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 6 JUIN	Danse orientale avec sagates	14h30/17h30	60 €
SAMEDI 20 JUIN	Yoga et ayurvéda	14h30/17h00	55 €
SAMEDI 4 JUILLET	Tai Chi "santé et bien-être"	14h30/17h30	60 €

Sur inscription, à partir de 3 personnes, maximum 7 personnes
Inscription enregistrée à réception du règlement.