

Cours hebdomadaires année 2016/17

Qi Gong

Lundi	10h00 - 11h30	niv 1,2	MPT Albert Camus
Lundi	15h00 - 16h30	niv 1,2	ASCL St J. d Védas
Lundi	18h45 - 20h15	niv 1,2	MPT Albert Camus
Mardi	12h30 - 13h30	niv 1,2	MPT Albert Camus
Mardi	15h00 - 16h30	niv 1,2	ASCL St J. d Védas
Jeudi	10h00 - 11h30	niv 1,2	MPT Albert Camus
jeudi	19h00 - 20h30	niv 1,2	ASCL St J. d Védas
Vendredi	10h45 - 12h15	niv 2,3	Espace Famille

Tai Chi

Mardi	09h30 - 11h30	niv 2,3	MPT Albert Camus
Mercr	09h30 - 11h00	niv 1,2	MPT Albert Camus
Jeudi	16h00 - 17h30	niv 1,2	Espace Famille

En partenariat avec «Médite & vous»

Méditation du calme mental

Mercredi	09h30 - 11h00	niv 1,2	ASCL St J.d Védas
Mercredi	18h30 - 20h00	niv 1,2	ASCL St J.d Védas

Méditation de la pleine conscience

Jeudi	14h30 - 16h00	niv 2,3	Espace Famille
-------	---------------	---------	----------------

(niv 1 : débutant - niv 2 : 1 à 2 années de pratique - niv 3 : minimum 3 années de pratique)

Ateliers de Tai Chi (10h-12h)

et Qi Gong (14h -16h)

tous les 2ème samedi du mois d'octobre à juin

***Stages et retraites : programme sur le site
www.ecoledutao.com***