

Planning des cours & ateliers mensuels de l'Espace Floréal 2019 - 2020

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
10h00 à 11h00 YIN YOGA Carine Arena	10h00 à 11h00 YOGA Frédérique Piro				9h à 10h (*AM) Sophro-méditation Catherine Neveu
	11h15 à 12h15 QI GONG adapté Maëlla Caro				
12h30 à 13h30 YOGA Agnès Moriconi	12h30 à 13h30 QI GONG Maëlla Caro		12h à 14h (*AM) Cercle de parole BURNOUT Anne Lebourgeois		
15h à 16h QI GONG (femmes) Maëlla Caro	13h45 à 14h45 YOGA Agnès Moriconi	18h30 à 20h30 (*AM) Cercle de parole BURNOUT Anne Lebourgeois			
	17h45 à 18h45 SOPHROLOGIE Thomas Ley				
18h45 à 19h45 QI GONG Maëlla Caro	19h00 à 20h00 YOGA Agnès Moriconi	18h45 à 19h45 YOGA Frédérique Piro		19h00 à 21h30 (*AM) QI GONG (femmes) Maëlla Caro	
20h00 à 21h00 QI GONG Maëlla Caro	20h15 à 21h15 YOGA Agnès Moriconi	20h00 à 21h00 YOGA Frédérique Piro	20h15 à 21h15 YOGA Frédérique Piro	19h30 à 21h30 (*AM) MEDITATION Pascale Perraud	

*AM : Ateliers mensuels