



HORAIRES 2019 / 2020

lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	samedi
		9h45/10h50 (1h05) 6/7 ans	7h00/8h00 Méditation « Lemniscate »		1 samedi sur 2 9h00/10h30 Feldenkrais « Accords de soi »
	10h00/11h00 Pilates	11h00/12h15 (1h15) 8/10 ans (CE2/CM1)	9h00/10h00 Yoga « Lemniscate »		11h00/18h30
12h15/13h30 Adulte Intermédiaire			12h15/13h30 Adulte Débutant	12h15/13h15 Pilates	Groupe
		14h00/15h15 (1h15) 10/12 ans (CM2/6ème)			Chorégraphique
		15h30/16h30 (1h00) 5/6 ans (Grande section mater)			Adulte
		16h40/17h30 (50min.) 4/5 ans (Moyenne section mater)	17h15/18h30 13/14 ans (5-4ème)	17h15/18h30 (1h15) 10/12 ans (CM2/6ème)	Atelier mensuel
17h15/18h30 (1h15) 8/10 ans (CE2/CM1)	17h30/18h45 (1h15) 7/8 ans	17h45/19h00 Adolescent (3ème et +)	18h30/19h45 Adolescent (3ème et +)	18h30/19h45 13/14 ans (5-4ème)	
19h00/20h30 Adulte Avancé	19h00/20h30 Adulte Intermédiaire	20h00/21h00 « En Corps » Qi Gong	19h45/21h00 Groupe chorég. J. Ad.	19h45/20h45 Groupe chorég. Adol.	

RAPPEL : pour les cours enfants, à partir du groupe des 8/10 ans les 2 cours par semaine sont obligatoires
« Accords de soi », « En Corps » et « Lemniscate » sont des associations hébergées. Prendre contact avec elles pour tout renseignement.