Section Sportive de la SEPAM

TAI-CHI QI-GONG
DANSE ET DEVELOPPEMENT DE SOI
Harmonie & Détente à Moret
SOPHROLOGIE YOGA MEDITATION

detente.moret@laposte.net

HARMONIE ET DETENTE A MORET

SEMAINE PORTES OUVERTES

du 8 au 13 novembre 2021

Lâchez prise!

Offrez vous ces rendez-vous détente!

Libérez vous! Vivez plus léger!

Méditation
mardi 9
Dojo judo
20h15 à 21h15

Relaxation Sophrologie
lundi 8
Dojo judo
20h15 à 21h15

Yoga Enfant
6/11 ans
essai possible
les jeudis sauf
le11 novembre
Dojo judo
17h30 à 18h30

Yoga doux thérapeutique
lundi 8 au CAC
15h15 à 16h15
mardi 9
Dojo judo 19h à 20h

Tai Chi Qi Gong
samedi 13
Dojo judo
9h30 à 11h45

Hatha Yoga
lundi 8 au CAC
13h45 à 15h15 et au
Dojo judo 18h45 à 20h15
mercredi 10
Salle Marquis de Roys 18h45 à 20h15

Danse et Développement de soi
lundi 8 gymnase
1ière porte à droite
Enfants 7/10ans 17h30 à 18h45. Adultes 19h à 20h15

Contact:
Tél.06 03 94 22 50

Site: hd-moret.clubeo.com
Email: detente.moret@laposte.net

Imprimé par nos soins. Ne pas jeter sur la voie publique.