

## Tarifs pour un cours hebdomadaire

### Engagement à l'année, l'adhésion de 10 € est incluse :

Cours de 1h 270 € à l'année

Cours de 1h15 306 € à l'année

Cours de 1h30 342 € à l'année

Tarifs donnés à titre indicatif, informations complémentaires sur le site internet ou contacter les enseignant.e.s.

Tarif dégressif à partir du 2ème cours / semaine

Tarif possible au trimestre

Tarif réduit sous condition pour les étudiants, demandeurs d'emploi et personnes en difficulté financière.

### Yoga et maternité, stages :

se renseigner auprès des enseignant.e.s

## Contact

Dany Demerson

05 61 73 56 90

Claire Thébault

07 68 30 44 82

association.visavie@free.fr

### Site web

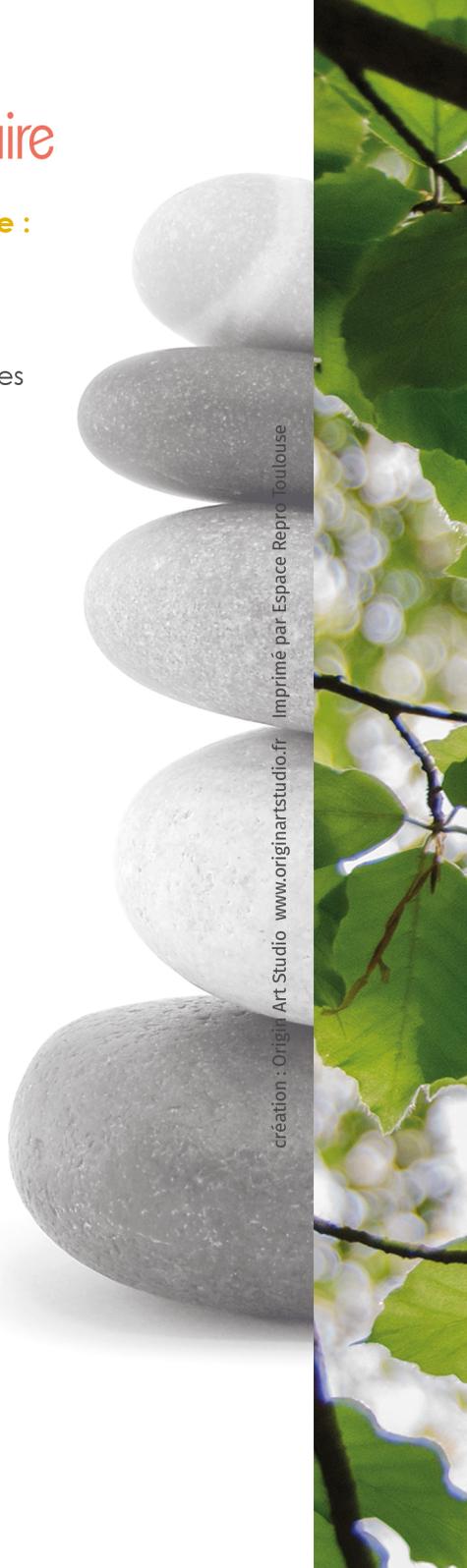
[www.visavie-ramonville.fr](http://www.visavie-ramonville.fr)

**Vous y trouverez les coordonnées des enseignant.e.s que vous pourrez contacter directement pour tout renseignement sur leur pratique.**

Agrément Ministère Jeunesse et Sport : 31AS1294

Possibilité de sport sur ordonnance

**Ne pas jeter sur la voie publique**



création : Origin Art Studio [www.originartstudio.fr](http://www.originartstudio.fr) Imprimé par Espace Repro Toulouse

# VIS À VIE

Respirer, bouger en conscience, se détendre  
**mieux vivre !**

STRETCH PILATES

YOGA

QI GONG DES SAISONS

QI GONG DE LA FEMME

MÉTHODE FELDENKRAIS™

TAI CHI CHUAN

Cours hebdomadaires et stages  
le week-end tout au long de l'année

Depuis plus de 30 ans !



[www.visavie-ramonville.fr](http://www.visavie-ramonville.fr)

## Yoga

### Yoga et méditation · Michèle Lavedan milaluma@free.fr

Lundi Salle Picasso 19h30 - 21h  
Mardi Salle Picasso 9h30 - 11h

### Méditation · Michèle Lavedan milaluma@free.fr

Mardi Salle Picasso 12h30 - 13h30

### Yoga d'inspiration tibétaine · Sylvie Guillemot sylvieguillemot@free.fr

Mardi Salle du Métro 19h - 20h30 *06 25 12 10 51*

### Yoga · Pascale Van Straaten pvanstraat@gmail.com

Lundi Salle Picasso 18h - 19h15  
Mardi Le Local 17h - 18h30

### Yoga · Martine Laurine martine.laurine@free.fr

Jeudi Le Local 11h - 12h15, 12h30 - 13h30  
Jeudi École St Exupéry 18h30 - 19h45

### Yoga et maternité · Martine Laurine martine.laurine@free.fr

Mercredi Salle Picasso 12h15 - 13h30

## Stretch Pilates

### Stretch Pilates · Julie Bénazech 06 70 02 74 53

Vendredi Salle Picasso 10h - 11h, 11h15 - 12h15

### Stretch Pilates · Jeanne Bellevin j.bellevin@gmail.com

Lundi Salle Picasso 10h - 11h, 11h15 - 12h15, 12h30 - 13h30  
Vendredi Salle Picasso 12h30 - 13h30

## Qi Gong

### Qi Gong des saisons · Céline Amiel 06 03 68 32 80

Lundi Le Local 10h - 11h30  
Lundi Salle Picasso 14h30 - 16h  
Mardi Ch. de Soule Grande salle 18h - 19h30, 19h30 - 21h  
Mercredi Le Local 18h - 19h30  
Mercredi École St Exupéry 19h45 - 21h15

### Qi Gong de la Femme · Céline Amiel 06 03 68 32 80

Mercredi Salle Picasso 9h - 10h30, 10h30 - 12h

## Tai Chi Chuan

### Tai Chi Chuan · François Deblon 06 71 47 12 40

Jeudi Salle Picasso 17h30 - 19h

## Méthode Feldenkrais™

### Méthode Feldenkrais™ · Sophie Aubineau 06 30 134 109

Mardi Le Local 9h30 - 10h30  
Mardi Salle Picasso 11h15 - 12h15, 14h30 - 15h30  
Jeudi Salle Picasso 19h15 - 20h15

### Méthode Feldenkrais™ · Céline Erbani 06 73 700 746

Lundi Salle Picasso 16h30 - 17h30 personnes à besoins spécifiques\*  
Mardi Salle du Métro 15h30 - 16h30  
Jeudi Salle Picasso 12h30 - 13h30, 20h30 - 21h30

\* le Feldenkrais™ assis est particulièrement adapté aux personnes pour qui venir au sol ou se relever est compliqué