

Yoga

Yoga, Claire Gastou

Lundi Le Local 12h30 - 13h30

Yoga et méditation, Michèle Lavedan

Lundi Salle Picasso 19h30 - 21h

Mardi Salle Picasso 9h30 - 11h

Yoga et maternité, Michèle Lavedan

Mardi Éco quartier du midi 14h30 - 16h

Méditation, Michèle Lavedan

Mardi Salle Picasso 12h30 - 13h30

Yoga d'inspiration tibétaine, Philippe Mettier

Lundi Ch. de Soule 18h - 19h15, 19h30 - 21h

Yoga, Magali San Cristobal

Lundi Salle Picasso 18h - 19h15

Mercredi Salle Picasso 12h30 - 13h30 (mouvements)

Jeudi Le Local 12h15 - 13h15

Jeudi École St Exupéry 18h15 - 19h30

Yoga sur chaise, Magali San Cristobal

Lundi Salle Picasso 16h30 - 17h30

Yoga du son, Magali San Cristobal

Mardi Éco quartier du midi 19h30 - 21h

Qi Gong

Qi Gong, Céline Amiel

Lundi Le Local 10h30 - 12h

Lundi Salle Picasso 14h30 - 16h

Mardi Ch. de Soule 18h - 19h30

Mercredi École St Exupéry 19h45 - 21h15

Jeudi Salle Picasso 12h15 - 13h15

Qi Gong de la Femme, Céline Amiel

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

Tai Chi Chuan

Tai Chi Chuan, style Yang, Yang family, François Deblon

Jeudi Salle Cazeau 17h30 - 19h

Stretch Pilates

Stretch Pilates, Julie Bénazech

Lundi et vendredi Salle Picasso

10h - 11h, 11h15 - 12h15, 12h30 - 13h30

Méthode Feldenkrais™

Méthode Feldenkrais™, Sophie Aubineau

Mardi Salle Picasso 11h15 - 12h15, 14h30 - 15h30

Jeudi Salle Picasso 17h30 - 18h30 (sur chaise)

Jeudi Salle Picasso 19h - 20h, 20h15 - 21h15