

PORTES OUVERTES

Samedi 14 septembre 2024



Venez tester nos activités GRATUITEMENT

YOGA · SOPHROLOGIE · PILATES

QI GONG · TAIJI QUAN

FELDENKRAIS · MÉDITATION

DANSE CRÉATIVE · DANSE CONTACT IMPRO

Association Spirales - Centre Beaulieu

176 avenue François Chancel - 72000 Le Mans



02 43 23 20 47

accueil@centrebeaulieu-lemans.fr

www.centrebeaulieu-lemans.fr

:Of course
LE MANS

PORTES OUVERTES

Samedi 14 septembre 2024

Horaires	Activités	Intervenant-e
9h - 9h30	Sophrologie	Anne Mauboussin
9h35 - 10h05	Qi Gong de la femme	Françoise Lorence
10h10 - 10h40	Méditation	Véronique Prin
10h45 - 11h15	Qi Gong	Jacky Dorléans
11h20 - 11h50	Yoga	Peggy Blanchard
11h55 - 12h25	Pilates	Maud Nicolas
13h15 - 13h45	Sophrologie	Maud Métivier
13h50 - 14h20	Yoga	Magalie Gasnier
14h25 - 14h55	Qi Gong	Isabelle Duval
15h - 15h30	Feldenkrais	Laurence Roussel
15h35 - 16h05	Méditation	Julia Collet
16h10 - 16h40	Taiji Quan	Cathy Drouet
16h45 - 17h15	Danse créative	Sandrine Barret
17h20 - 17h50	Sophro-relaxation	Julie Lécureuil
17h55 - 18h25	Danse contact improvisation	Aude Ramette

Apéritif dinatoire pour clôturer la journée