

Planning Ateliers 2023

VERT D'EAU
Studio



Mélo die : 07.83.32.07.23
Flora : 06.99.58.71.19
Albane : 07.82.21.75.81
Camille : 06.50.04.88.37
Cécile : 06.83.28.89.01

www.vertdeaustudio.com

YOGA PRÉ-POST NATAL (sur demande Flora ou Mélo die)

Des cours pour bien vivre sa grossesse et son post-natal en connexion avec son bébé.

Flora propose également une session de 4 séances d'accompagnement pré-natal pour les couples ou futures mamans seules. Jour et horaire à définir avec les personnes intéressées.

MASSAGES BEBES - Flora

session de 5 séances de massage parent/bébé (0-1 an). Jour et horaire à définir avec les personnes intéressées.

DANSE LIBRE : Cécile - dimanche 17h30-19h30

17 septembre / 15 octobre / 19 novembre / 17 décembre

YOGA ENFANTS : Lundi 17h10-18h10 . 2 groupes : 4-6 ans et 7-11 ans . 1 semaine sur 2 en alternance. Planning sur demande. Camille

Le yoga pour les enfants est une activité physique et créative. L'apprentissage des techniques de yoga est favorisé par des jeux variés, la narration et l'animation. L'enfant pourra ainsi augmenter sa confiance en lui, stimuler sa créativité, développer son équilibre et sa souplesse, avoir un esprit plus calme et plus clair.

FESTIVAL VERT D'EAU YOGA : Dimanche 1er octobre . 11h00-16h00

Yoga enfants, Yoga adultes, méditation, relaxation, repas partagé. Assemblée générale de l'association Vert d'eau.

TARIF Adhésion association	Adultes	Enfants	TARIF YOGA	Adultes	Enfants	Carte commune pour toutes les professeurs
	30 € / année	15 € / année		13€ : 1 séance 110€ : 10 séances 200€ : 20 séances	70 € / année	