

C'est au programme !

à la découverte de...

Inscriptions obligatoires : capcouleurs@hotmail.com

AVRIL

Lundi 4 :
13h45 Marche nordique adaptée—Santé Sophie

Mardi 5 :
17h18h30 Chi Nei Tsang Isabelle 45'

Mercredi 6 :
18h-19h30 Coaching de Vie– numérologie 45'
Béatrice

Jeudi 7 :
10h-11h30 A la découverte de vous M'AIME 45' Anne

Vendredi 8 :
10h : Shiastu sur chaise ergonomique 30' Judith

Lundi 11 :
18h30 Découverte EFT Stéphane

Lundi 18 :
13h45 Marche nordique adaptée—Santé Sophie

Lundi 25 :
19h-20h Relaxation méditative guidée Isabelle

Vendredi 29 :
17h30-19h30 Séance énergétique 30' Béatrice



MAI

Lundi 2 :
13h45 Marche nordique adaptée—Santé Sophie

Jeudi 5 :
10h-11h30 A la découverte de vous M'AIME 45'
Anne
18h30 Découverte EFT Stéphane

Vendredi 6 :
10h30-12h Chi Nei Tsang Isabelle 45'

Lundi 9 :
19h-20h Relaxation méditative guidée Isabelle

Mercredi 11 :
18h-19h30 Coaching de Vie– numérologie 45' Béatrice

Vendredi 13 :
10h : Shiastu sur chaise ergonomique 30' Judith

Lundi 16 :
13h45 Marche nordique adaptée—Santé Sophie

Mercredi 18 :
18h-19h Massage dos/visage 30' Karine

Vendredi 27 :
17h30-19h30 Séance énergétique 30' Béatrice



JUIN

Jeudi 2 :
10h-11h30 A la découverte de vous M'AIME 45' Anne

Mercredi 8 :
18h-19h30 Coaching de Vie– numérologie 45'
Béatrice

Jeudi 9 : 18h30 Découverte EFT Stéphane

Vendredi 10 :
10h : Shiastu sur chaise ergonomique 30' Judith

Lundi 13 :
13h45 Marche nordique adaptée—Santé Sophie
19h-20h Relaxation méditative guidée Isabelle

Mercredi 15 :
14h30-16h Chi Nei Tsang Isabelle 45'

Jeudi 23 : 18h-19h
Réflexologie avec lecture des pieds 30mn Karine

Vendredi 24 :
17h30-19h30 Séance énergétique 30' Béatrice

Lundi 27 :
13h45 Marche nordique adaptée—Santé Sophie



Intervenants : Adeline de Suyrot, Amet « Ame & Gong », Anne Gance, Aurore Cabas, Béatrice Cognaud « Pause Béa'titude », Claudie Boizumeau « NaturEquilibre », Charlotte Laborie, Dominique Marcère « Dominique-Peinture », Guylaine Drut « DecorEmoi », Isabelle Hougron, Judith Guitteny, Karine Langlais, Laurence Delabre, Marie Le Houerou, Sarah Le Barh, Steffi Pan, Nathalie Le Lain, Patrice Pertant, Sandrine Maisnier et Patricia Profault « Eveil&Sens, Sophie Billoir « so-sport-santé » , Stéphane Blandin.

L'Association a pour objectif, le partage, l'échange, l'entr'aide, dans la mesure du possible Cap Couleurs propose des activités « découverte » gratuites pour ses adhérents. 5 € pers. Ext. L'association se réserve le droit de reporter, d'annuler ou modifier certains ateliers