

# ATELIERS

## samedi 12 avril

|       |   |            |                      |                          |
|-------|---|------------|----------------------|--------------------------|
| 10:00 | Massage Do In                                 | 30 mn      | Audrey Combeau       | Réflexologie             |
| 10:00 | Réflexo "sur place"                           | À la carte | Benoit Boucherie     | Réflexologie             |
| 10:00 | Yoga Enfant                                   | À la carte | Charlotte Aubé       | Yoga                     |
| 10:00 | Yoga Ado Adulte                               | À la carte | Charlotte Aubé       | Yoga                     |
| 10:00 | Éveil des petits muscles : bougeons ensemble  | 30 mn      | Jérôme Voisin        | Coaching Sportif         |
| 10:00 | Jouons et parlons !                           | À la carte | Lucie Ascoet         | Sexothérapie             |
| 10:00 | Comment bouge mon corps ?                     | 30 mn      | Sophie Pilates       | Pilates                  |
| 10:00 | Super Yoga : Réveille ton Héros Intérieur     | 30 mn      | Sophie Troller       | Yoga                     |
| 11:00 | Tai chi Qi gong des animaux                   | 60 mn      | Évelyne Colas        | Tai Chi - Qi Gong        |
| 11:00 | Pause zen : Détente en famille                | 30 mn      | Jérôme Voisin        | Coaching Sportif         |
| 11:00 | Comptines et histoires enrichies de signes    | 30 mn      | Julie Mary           | Animation                |
| 11:00 | Art-thérapie Lien parent-enfants              | 60 mn      | Marine Viton         | Art-thérapie             |
| 11:30 | Réflexo auriculaire                           | 15 mn      | Audrey Combeau       | Réflexologie             |
| 14:00 | Raconte tapis - lecture et histoires magiques | 45 mn      | Christine Toutenelle | Animation Lecture        |
| 14:00 | Gym douce en famille : bougez en douceur      | 30 mn      | Jérôme Voisin        | Coaching Sportif         |
| 14:00 | L'importance de communiquer par le toucher    | 30 mn      | Julie Mary           | Coaching Parental        |
| 14:00 | Le Jardin Secret de la Confiance en Soi       | 30 mn      | Sophie Troller       | Sophrologie              |
| 15:00 | Réflexo plantaire pour mon enfant             | À la carte | Audrey Combeau       | Réflexologie             |
| 15:00 | Réflexo "à emporter"                          | 90 mn      | Benoit Boucherie     | Réflexologie             |
| 15:00 | Atelier de Dessin au Pochoir                  | 45 mn      | Christine Toutenelle | Animation Dessin         |
| 15:00 | Perles de rire                                | 45 mn      | Évelyne Colas        | Yoga du Rire             |
| 15:00 | Pause zen : Détente en famille                | 30 mn      | Jérôme Voisin        | Coaching Sportif         |
| 15:00 | Lumières et Bien-être                         | À la carte | Nathalie Delorme     | Photostimulation         |
| 15:30 | Chefs en herbe : goûter Santé en famille      | 90 mn      | Stéphanie Armetta    | Naturopathie             |
| 16:00 | Pâte à patouille                              | 45 mn      | Christine Toutenelle | Animation                |
| 16:00 | Gym d'Entretien : en forme tous ensemble      | 30 mn      | Jérôme Voisin        | Coaching Sportif         |
| 16:00 | Yoga Solo et Duo                              | 30 mn      | Sophie Troller       | Yoga                     |
| 16:15 | Aventuriers de tous les possibles             | 30 mn      | Évelyne Colas        | Sophrologie/Auto-hypnose |