



Association Un Temps Pour Soi
 72 rue Saint Fiacre
 44150 ANCENIS-SAINT-GÉRÉON
www.untempspoursoi-ancenis.com
 Email : utps.44ancenis@gmail.com

Hatha Yoga
 Yoga de Samara
 Qi Gong

Planning séances hebdomadaires

Saison 2022-2023

Séances

De mi-septembre à fin juin sauf vacances scolaires et jours fériés.

Matériel nécessaire à la pratique apporté par chaque adhérent(e) selon les indications de l'enseignant(e).

Jours	Activités	Horaires (Séance d'1H15)		Enseignants	Lieux (Onglet Planning/Salles)	Reprise	
		<input type="checkbox"/>					
Lundi	Hatha Yoga	<input type="checkbox"/>	18:30	Monic HUARD	Salle Montaigne	12-sept	
		<input type="checkbox"/>	20 :00				
Mardi	Hatha Yoga	<input type="checkbox"/>	12:30	Régine RIFF	Salle Montaigne	13-sept	
		<input type="checkbox"/>	15:00	Patricia DUCAMP	Salle René Bossard		
		<input type="checkbox"/>	18:30				
		<input type="checkbox"/>	20:00	Véronique MOTTIN			
Mercredi	Qi Gong	<input type="checkbox"/>	18:30	Chantal LENOIR	Salle René Bossard	14 sept	
		<input type="checkbox"/>	20:00				
	Hatha Yoga	<input type="checkbox"/>	18:30	Marianne LING	Salle Horizon		
Jeudi	Yoga de Samara	<input type="checkbox"/>	9:30	Anne BERNARD	Salle Montaigne	15 sept	
	Hatha Yoga	<input type="checkbox"/>	9:30	Marianne LING	Salle Petipa		
		<input type="checkbox"/>	11:00				
	Qi Gong	<input type="checkbox"/>	9:30	Dolorès TRAINÉAU	Salle René Bossard		
		<input type="checkbox"/>	11:00				
			<input type="checkbox"/>	18:30	Chantal LENOIR		Complexe sportif du Pontreau
	Hatha Yoga	<input type="checkbox"/>	17:00	Régine RIFF	Le Gotha Salle des Fêtes		
		<input type="checkbox"/>	18:30				
<input type="checkbox"/>		20:00					

Toutes les informations concernant les activités, les enseignants, les lieux et l'association d'une façon générale, seront disponibles sur le Site à partir du 13 Juillet : www.untempspoursoi-ancenis.com