

Cours proposés en collectif Saint-Amand-en Puisaye



A partir du 4 juillet - le jeudi à
18h *

(Yoga, Yoga sur chaise, Qi Gong, Tai Chi) -

Parc du Château - rdv devant le
château

Renseignements : 06 60 51 16 27



Jeudi 4 juillet : Yoga sur chaise

Jeudi 11 juillet : Qi Gong

Jeudi 18 juillet : Yoga et à 19h15 Tai Chi

Jeudi 25 juillet : Yoga sur chaise et à 19h15 Tai Chi

Jeudi 1er août : Qi Gong

Jeudi 8 août : Yoga

Jeudi 15 août : Yoga et à 19h15 Tai Chi

Jeudi 22 août : Qi Gong

Jeudi 29 août : Yoga sur chaise

* Participation libre - montant suggéré : à partir de 5€