

# CLASSES DE MOUVEMENT CORPOREL DE JANVIER À MARS 2019

*espace flor&al 1*

4, avenue Jules-Crosnier à Genève (1206)

## Le lundi à 9h30 & 12h15

10 classes – CHF 300

- Le 7 janvier
- Le 14 janvier
- Le 21 janvier
- Le **jeudi** 31 janvier à **9h15 et 12h15 !!!**
- *Pas le 4 février*
- Le 11 février – classe donnée par Corinne
- Le 18 février
- Le 25 février
- Le 4 mars
- Le 11 mars
- Le 18 mars

## Le mardi à 18h30

10 classes – CHF 300

- Le 8 janvier
- Le 15 janvier
- Le 22 janvier
- Le 29 janvier
- *Pas le 5 février*
- Le 12 février – classe donnée par Corinne
- Le 19 février
- Le 26 février
- Le 5 mars
- Le 12 mars
- Le 19 mars

## Le mercredi à 18h15

10 classes – CHF 300

- Le 9 janvier
- Le 16 janvier
- Le 23 janvier
- Le 30 janvier
- *Pas le 6 février*
- Le 13 février – classe donnée par Corinne
- Le 20 mars
- Le 27 février
- Le 6 mars
- Le 13 mars
- Le 20 mars



## Le jeudi à 9h15

10 classes – CHF 300

- Le 10 janvier
- Le 17 janvier
- Le 24 janvier
- Le 31 janvier
- *Pas le 7 février*
- Le 14 février – classe donnée par Corinne
- Le 21 février
- Le 28 février
- Le **lundi 4 mars à 9h30 !!!**
- Le 14 mars
- Le 21 mars

### À noter :

#### 1 - journées de mouvements : de 9h30 à 16h30

- Le dimanche **16 décembre** : journée de recentrage ... en lien avec l'entrée dans l'hiver et les fêtes de fin d'année : terminer un cycle pour s'ouvrir à un nouveau en pleine conscience !
- Le dimanche **17 mars** : rencontrer et dénouer les articulations du corps ... en lien avec l'entrée dans le printemps

#### 2 - soirée de mouvements : de 18h30 à 20h30

- Le jeudi **17 janvier** : « mon bassin – ma force »