



Ruaudin Santé Loisirs

Stages 2024 – 2025

Tarif unique 14 €

	Date	Horaire	Intervenant(e)	Activité	Lieu
1	Samedi 02 novembre 2024	10h – 12h	Delphine	Qi Gong assis (<i>Sheng Zhen Gong</i>) Qi Gong de l'énergie (<i>Kuan Yin</i>)	Salle polyvalente
2	Samedi 09 novembre 2024	10h – 12h	Jacky	Qi Gong	Salle de cours
3	Samedi 23 novembre 2024	9h30 - 11h30	Corinne	Yoga en lien avec la saison	Salle de cours
4	Samedi 07 décembre 2024	10h – 12h	Delphine	Qi Gong des 5 éléments Théorie et pratique	Salle de cours
5	Samedi 08 février 2025	10h – 12h	Delphine	Qi Gong des cervicales (assis) Qi Gong bâtons	Salle polyvalente
6	Samedi 01 mars 2025	10h – 12h	Jacky	Qi Gong	Salle de cours
7	Samedi 22 mars 2025	9h30 - 11h30	Corinne	Yoga en lien avec la saison	Salle de cours
8	Samedi 19 avril 2025	10h – 12h	Jacky	Qi Gong	Salle de cours
9	Samedi 03 mai 2025	9h30 - 11h30	Corinne	Yoga en lien avec la saison	Salle de cours
10	Samedi 24 mai 2025	10h – 12h	Delphine	Qi Gong de Mme Guo Lin pour renforcer l'immunité	Salle polyvalente
11	Samedi 21 juin 2025	10h – 12h	Jacky	Qi Gong	Salle de cours

Lieux de stage

Salle polyvalente : rue des sports 72230 Ruaudin

Salle de cours : salle 02 des locaux culturels, derrière la bibliothèque | rue des narcisses 72230 Ruaudin