



263 route du Mouquet  
40160 PARENTIS EN BORN  
Contact : Sylviane au 06 99 24 39 14

## PROGRAMME des ACTIVITES **JUILLET et AOUT 2021**

**L'ESPACE DU MOUQUET SERA FERME DU 23 JUILLET  
au 20 AOUT INCLUS 2021**

<b>LUNDI 5 JUILLET 2021 à 17h00 MEDITATION GUIDEE ACCOMPAGNEE</b>	Contact M. Hélène 06 26 91 07 55 Participation 10€/11€ non adhérent
<b>LUNDI 12 JUILLET 2021 à 17h00 ENERGIE MANTRAS</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 Participation 10€/11€ non adhérent
<b>LUNDI 19 JUILLET 2021 à 17h00 MEDITATION DES 4 DIRECTIONS</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 Participation 5€
<b>LES LUNDIS 5 et le 12 JUILLET à 19h30 ATELIER YOGA</b>	Contact Isabelle 06 46 23 09 45 Participation 10€/11€ non adhérent
<b>LE MARDI 6 JUILLET 2021 à 10h SEANCE SOPHROLOGIE</b>	Contact Charlotte 06 50 88 06 81 Participation 15€/16€ non adhérent
<b>LES MARDIS 13 et 20 JUILLET 2021 à 10h30-12h00 ATELIER SOPHROLOGIE (relaxation par la respiration)</b>	Contact Sophie 07 78 79 02 72 Participation 12€/13€ non adhérent
<b>LES JEUDIS 1/8/15/22 JUILLET 2021 à 9h et à 18h30 SEANCE YOGA</b>	Contact Isabelle 06 46 23 09 45 Participation 10€/non adhérent 11€
<b>LE SAMEDI 3 JUILLET 2021 (10h-13h) ATELIER MENSUEL YOGA</b>	Contact Isabelle 06 46 23 09 45 Participation 25€/non adhérent 26€
<b>LE SAMEDI 3 JUILLET 2021 à 17h VOYAGE SONORE MENSUEL</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 participation 15€/18€ non adhérent
<b>LE SAMEDI 10 JUILLET 2021 de 10h à 17h. JOURNEE OU MATINEE QI GONG</b>	Contact Patricia 06 20 47 72 20 Tarif 30€/abonné 24€
<b>LES SAMEDIS 17/07 et 28/08/2021 à partir de 14h MASSAGE SONORE INDIVIDUEL sur RDV</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 Tarif 15€ pour 15 MNS
<b>LUNDI 23 AOUT 2021 à 17h ENERGIE MANTRAS</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 Participation 10€/11€ non adhérent
<b>LUNDI 30 AOUT 2021 à 17h MEDITATION DES 4 DIRECTIONS</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 Participation 5€
<b>LES LUNDIS 23/30/AOUT 2021 à 19h30 SEANCE YOGA</b>	Contact Isabelle 06 46 23 09 45 Participation 10€/11€ non adhérent
<b>LE JEUDI 26 AOUT 2021 à 9h et 18h30 SEANCE DE YOGA</b>	Contact Isabelle 06 46 23 09 45 Participation 10€/11€ non adhérent
<b>LE SAMEDI 21 AOUT 2021 à 17h VOYAGE SONORE DE L'ETE puissance 3</b>	Contact Cécile 06 20 73 85 65 Tarif 20€
<b>LE SAMEDI 28 AOUT 2021 à 10h ATELIER MENSUEL DE YOGA</b>	Contact Isabelle 06 46 23 09 45 Tarif 25€/26€ non adhérent.

*L'adhésion annuelle est de 5€*

*Recevez notre bulletin mensuel en vous inscrivant sur le site [lespacedumouquet.fr](http://lespacedumouquet.fr)*

*Merci pour l'intérêt porté à nos activités*

*Pour vous désinscrire, merci de nous renvoyer un smiley. 😊*

*Patricia vous propose une journée QI GONG le 10 juillet 2021.*

*Elle donne la possibilité de venir la demi-journée avec votre PIC NIC (tarif 15€)*