

# ATELIERS

**DIMANCHE**

<b>HORAIRE</b>	<b>THEMES</b>	<b>INTERVENANTS</b>	<b>DESCRIPTIF</b>
<b>11h30-12h15</b>	Conseil en Image Créatif	<b>CHRISTINE RAGOT</b>	Découvrir sa personnalité au travers du vêtement
<b>13h00-13h45</b>	Sophro-relaxation "A l'écoute de son univers"	<b>VENERA HESS</b>	Expérimenter la détente grâce à une séance de relaxation et retrouver tonus et vitalité
<b>14h00-14h45</b>	YOGA de Samara	<b>FABIENNE SEHL</b>	Pratique de mouvements en douceur et sur musique douce
<b>15h00-15h45</b>	Truc et astuces pour l'hiver	<b>ODILE BENOIT</b>	-
<b>16h00-16h45</b>	Yoga du rire	<b>SEVERINE</b>	Un instant de lâcher prise dans le plaisir
<b>17h00-17h45</b>	Graine de Yoga	<b>MARIE ANNE CHAMPLON</b>	Comment utiliser le yoga pour gérer le stress de la vie quotidienne et retrouver son souffle
-	-	-	-