

## NEWS

- **Mercredi 24 juillet 26** nous fêterons une année de plus **le soleil** :
- Cours de 19h à 20h45 avec la pratique des 108 salutations au soleil.  
Vous pourrez vous arrêter avant si besoin .

### *Les cours s'arrêtent le 4 juillet 26*

Samedi 4 juillet : 10h Pilates et 11h Zumba

Comme nous sommes une **Association trop sympa et généreuse** 😊 nous vous proposons le planning ci-dessous en Bonus offert du 6 au 10 juillet 26 :

- **Lundi 6** : 18h Pilates et 19h LIA- poly 2 et en salle Ligue 18h30 yoga Thérapie
- **mercredi 8** : 18h15 à 19h10 Qi gong et 19h 15 à 20h15 yoga Vinyasa - poly 2
- **Jeudi 9 juillet** : 10h15 Pilates - poly 2
- **Vendredi 10 juillet** : 9h et 18h30 Yoga -salle Ligue /et 18h à 19h Gym stretch poly 2

### **Audrey proposera des séances de yoga les mercredis suivants :**

- Mercredi 15 /22/29 juillet de 18h30 à 19h30 en poly 2,
- Prix : 10€ le cours ou Dons acceptés (ce que vous voulez sauf produit industriels et trop sucré type bonbon, chocolat :)

*N'oubliez pas de vous inscrire à la soirée du vendredi 3 juillet*