

MLC© pratique corporelle et IT©

POUR ESSAYER :

Atelier découverte : une présentation de la méthode, 1/2h de mouvements MLC©, un temps pour répondre à vos questions.

dimanche **16 septembre** de 11h à 12h30 (gratuit)

mardi **25 septembre** de 11h à 12h30 (gratuit)

Ateliers Initiation&Enracinement

Les cours d'1h15 comprennent une pratique corporelle MLC©
et ceux de 2h une pratique corporelle MLC© + une visualisation IT©

Le lundi **3 septembre** de 19h30 à 20h45 //20€

Le lundi **17 septembre** de 19h30 à 20h45 //20€

Le mardi **18 septembre** de 19h à 21h //30€

Le lundi **24 septembre** de 19h00 à 21h00 //30€

Le mardi **25 septembre** de 19h00 à 21h00 //30€

Le lundi **1er octobre** de 19h30 à 20h45 //20€

Le mardi **2 octobre** de 19h à 21h //30€

Le vendredi **5 octobre** de 18h30 à 20h30 //30€

"Cheminer vers la profondeur" Il est possible de venir essayer sur les premiers cours des samedis mensuels : les samedis **1er ou 22 septembre** de 9h30 à 12h30 ou le samedi **6 octobre** // 60€

Agenda des COURS RÉGULIERS ci-dessous en page 2

CORPS & CRÉATION

Lundi soir 3 fois par mois à partir de 19h30,
soit 2 séances d'1h15 + 1 séance de 2H

*Cycle de sept. à décembre : 2 cours de 1h15 (dates entre parenthèses) + 1 cours de 2h
79 € mensuel (1 x 35€ + 2 x 22 €)*

**(3) - (17) et 24 septembre // (1) - (8) et 15 octobre
(5) - (12) et 19 novembre // (3) - (10) et 17 décembre**

Mardi soir 2 fois par mois de 19h à 21h

*Cycle de 8 séances de septembre à décembre : 2 séances de 2h chaque mois
72 € mensuel (2 x 36 €) - MLC© + Relaxation-Visualisation*

**18 et 25 septembre 2 et 16 octobre
6 et 20 novembre 4 et 11 décembre**

Vendredi soir 2 fois par mois de 18h30 à 20h30

*Cycle de 8 séances de septembre à décembre : 2 séances de 2h chaque mois
72 € mensuel (2 x 36 €) - MLC© + Relaxation-Visualisation*

5 et 19 oct. - 9 et 23 nov. - 7 et 14 décembre

Les mardis de 11h à 12h15

tous les mardis du 2 octobre au 18 décembre (excepté vacances Toussaint et 27/11)

*Cycle de 9 cours MLC© de 1h15, le dernier cours durera 2h (MLC© + IT)
(8 x 22€ + 1 x 34€) soit 210€ le cycle*

Les samedis matin de 9h30 à 12h30

Cycle de 6 matinées (toutes les 3 semaines environ)

samedis : 1^{er} et 22 septembre - 6 et 27 octobre - 24 nov. et 15 déc.

60 € x 6 matinées de 9h30 à 12h30 - MLC© + Relaxation-Visualisation

Il est possible d'essayer 1 samedi matin avant de s'engager, en début de cycle.

Les ateliers à thème :

Le thème exploré ce dernier trimestre 2018 sera :

Le bassin et la colonne vertébrale.

Ces ateliers peuvent être pris à l'unité

les samedis : 6 octobre - 24 novembre - 15 décembre 2018

de 15h à 17h - 40€ l'atelier de 2h (MLC + visualisation)

Corps & Création, le 17 juillet 2018