

## Programme rentrée automne 2022

### MLC© pratique corporelle et visualisation

L'agenda des **COURS RÉGULIERS** est en page 2

#### **POUR ESSAYER :**

##### **EN LIGNE :**

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 **19 septembre** de 17h à 18h15 // 20€

Le mardi **20 septembre** de 20h à 21h15 // 30€

Le lundi **26 septembre** de 17h à 18h15 // 20€

Le mardi **27 septembre** de 20h à 21h15 // 30€

##### **EN SALLE :**

Les mensuels du samedi matin

Il est possible de venir essayer sur les premiers cours des samedis mensuels :

le samedi **17 septembre** ou le samedi 15 octobre de 10h à 12h30

50€ l'atelier // 40€ l'essai

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

Jeudi 29 septembre de 18h30 à 20h (gratuit) – Paris 11ème

#### **Les grands rendez-vous pour approfondir un thème spécifique :**

ouvert à tous

##### **TRAVERSÉE d'automne**

Stage 2 matinées de MLC© + Visualisation et Méditation

**Vendredi 11 et samedi 12 novembre** de 10h à 13h // 120€

##### **INCARNER / Un Carnet**

du corps et de son élan de vie à l'élan de création...

Stage d'une journée de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30 // 110€

avec pratique corporelle MLC© + visualisation + carnet de collages

**samedi 8 octobre**

# CORPS & CRÉATION

## DATES des COURS RÉGULIERS DE MLC de SEPTEMBRE à DÉCEMBRE 2022

### **Lundi fin d'après-midi** à partir de 17h, **en ligne**

*de mi-septembre à mi-décembre : cycle de 11 séances*

*soit 7 séances d'1h15 et 4 séances de 2H (dates entre parenthèses)*

*298€ le cycle (4 x 36€ + 7 x 22 €) ou 4 chèques de 74€50*

**19 et (26) septembre // 3 - 10 et (17) octobre**

**7 - 14 - (21) et 28 novembre // 5 et (12) décembre**

### **Mardi soir** à 20h **en ligne**

*de mi-septembre à mi-décembre : cycle de 11 séances*

*256 € le cycle (10 x 22€ + 1x 36€) 64 €x 4 mois*

**20 et 27 septembre // 4 - 11 et 18 octobre**

**8 - 15 - 22 et 29 novembre // 6 et 13 décembre**

### **Les mensuels du samedi** **en salle**

**samedis : 17 septembre - 15 octobre - 5 novembre et 9 décembre**

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

**en salle** de 10h à 12h30

*50 € x nombre de séances - Méditation - MLC© + Relaxation-Visualisation.*