

MLC[©] pratique corporelle et visualisation

COURS RÉGULIERS MLC[©] - janvier à juin 2020

Récapitulatif

Lundi soir : 3 fois par mois à partir de 19h30.

Mardi soir : 2 fois par mois à 19h.

Samedi matin 1 fois toutes les 3-4 semaines de 9h30 à 12h30.

Dates et tarifs des cours réguliers en MLC

Lundi soir 3 fois par mois à partir de 19h30

soit 2 séances d'1h15 + 1 séance de 2h

Cycle de janvier à juin : 2 cours de 1h15 (dates entre parenthèses) + 1 cours de 2h (en gras)

80 € mensuel (1 x 36€ + 2 x 22 € x 6 mois)

(13) - **20** et (27) janvier / (3) - (17) et **24** février / (2) - (16) et **23** mars

(6) - **20** avril et (27) avril / (4) (18) et **25** mai / (1) (8) et **15** juin

Note :

en raison de l'enchaînement des jours fériés, il y aura 4 séances en mars et 2 en juin.

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

Cycle de janvier à juin : 2 séances de 2h chaque mois

72 € mensuel (2 x 36 €)

14 et **28** janvier

04 et **18** février

03 et **17** mars

07 et **21** avril

05 et **19** mai

02 et **09** juin

Samedi matin de 9h30 à 12h30 ou 10h à 13h

Cycle de janvier à juin. Une matinée environ toutes les 3-4 semaines.

*Les samedis **18/01 - 08/02 - 29/02 - 21/03 - 25/04 - 16/05 - 13/06***

60 € x 7 matinées.

CORPS & CRÉATION

POUR ESSAYER 3 possibilités :

1/Atelier découverte dimanche 12 janvier de 10h30 à 12h (gratuit)

Une présentation de la méthode, 1/2h de mouvements MLC®,
et un temps pour répondre à vos questions.

2/Ateliers Initiation&Enracinement sur le début des cycles :

Le soir

Le lundi 13 janvier de 19h30 à 20h45 //20€

Le mardi 14 janvier de 19h à 21h //30€

Le lundi 20 janvier de 19h30 à 21h30 //30€

Le lundi 27 janvier de 19h30 à 20h45 //20€

Le mardi 28 janvier de 19h à 21h //30€

Le lundi 3 février de de 19h30 à 20h45 //20€

Le mardi 4 février de 19h à 21h //30€

3/ les **samedis matins** : “Cheminer vers la profondeur”,

il est possible de venir essayer sur les samedis : 18 janvier – 8 février - 29 février
de 10h à 13h ou 9h30 à 12h30 // 50€ l’essai pour les 3h

STAGES de WE

Stage d’une journée : **INCARNER / Un CARNET**

du corps et de son élan de vie à la création

Pratique corporelle MLC® + visualisation, carnet de collage et méditation

Le carnet de collage nous permet d’intégrer et transforme ce qui se rencontre dans le travail corporel et la visualisation. C’est aussi donner place à cette partie de nous qui va bien

La journée de 10h à 13h et de 14h30 à 17h30 // 110€ la journée / 200€ les 2 jours

Samedi 1^{er} février et Dimanche 5 avril

Stage de 3 matinées : **TRAVERSEE DE PRINTEMPS**

Pratique corporelle MLC® + Visualisation et Méditation

le vendredi 1^{er} mai - samedi 2 et dimanche 3 mai de 10h à 13h