

Qi Gong – Yoga – Méditation – Tai-Chi

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Centre salle 2-3		Centre salle 2-3			*École MdV	
11h-12h30 Qi Gong pour tous 16 places		11h-12h30 Qi Gong pour tous 16 places			10h-11h30 Qi Gong pour tous 20 places	
*École MdV		*École MdV			*École MdV	
18h30-20h Qi Gong pour tous 20 places		18h30-20h Yoga/Méditation débutant 20 places			10h30-15h30 Atelier Yoga de l'écoute & Méditation pour tous 20 places	
CPM		*École MdV			21 mai 2017 85\$ pour la journée	
18h35-20h Tai-Chi débutant 24 styles 12 places CPM		20h00-21h30 **Yoga/Méditation Intermédiaire 20 places				
		*École MdV				
20h05-21h30 Tai-Chi intermédiaire 108 styles 12 places		20h-22h **Yoga/Méditation Intermédiaire 2 Pranayama, méditation, entretiens. 20 places				

*École MDV = École Madeleine-de-Verchères – 6017 rue Cartier (coin de la rue de Bellechasse)

Session de 12 semaines

début : 19 septembre - fin : 5 décembre

Pas d'activité lundi, 10 octobre 2016 (Action de grâce)

**Évaluation par l'enseignant lors de votre premier cours (doit avoir fait du Yoga depuis plus de 2 ans)

N'hésitez pas à combiner les cours pour de meilleurs tarifs!

Frais d'inscription Qi gong : 1 x semaine = 95\$ - 2 x semaine = 165\$ par pers.

Frais d'inscription Yoga : Période 1h30 min = 115\$ par pers.

Période de 2h = 155\$ par pers.

Frais d'inscription Tai-chi : 1 x semaine = 95\$ - 2 x semaine = 165\$ par pers.

Frais combo de deux activités (Tai-Chi et Qi Gong) : 2 activités = 165\$ par pers.

Frais atelier de Yoga samedi, 21 mai : 1 x = 85\$ par pers.

www.centrepere-marquette.com