

# Association Souffle d'ArtMonie

## Cours et ateliers pour l'année 2020 – 2021

Reprise pour les lundis, le 21 septembre et pour les autres jours, à partir du 15 septembre 2020

Vous voulez essayer ? Les deux premiers ateliers sont gratuits

Cours et Ateliers	Jour	Heure	Lieu et Tarif
<b>ASTROCONSCIENCE</b> <b>Mise en pratique de la devise de l'association</b> <b>« Responsable et créateur de sa réalité »</b> dans son quotidien en s'appuyant sur le thème astrologique de chacun. Un atelier pratique, qui propose des champs d'expériences de la conscience de son thème astrologique, tout en apprenant les bases de l'astrologie, avec en renforcement une formation de base un lundi par mois. Cet atelier demande des personnes engagées et prêtes à partager leurs évolutions. Des stages week-ends sont aussi proposés en internat en Normandie dans cet Esprit.	Lundi	9h30 à 11h45 et pour la formation une fois par mois 9h30 à 12h30	270 € / an pour toute personne ayant déjà suivi cet atelier les années précédentes ou toute personne inscrite cette année à un autre atelier de l'association <b>ou 400 € / an</b> pour toute personne inscrite à cet atelier pour la première fois et n'ayant aucune autre inscription à un atelier de l'association. Possible cours de formation à la carte <b>40 €</b> . Salle polyvalente du gymnase Victor Hugo 2 rue Pierre Curie
<b>MEDITATION</b> <b>Selon les lundis et intervenants, des méditations guidées différentes et des pratiques complémentaires.</b> Elles resteront dans même une ligne d'intention et en lien avec les phases de la Lune.	Lundi	18h50 à 20h15	140 € / an Maison Cousté 19 rue Cousté
<b>Pratique innovante du Yoga essentiel</b> <b>Un Yoga à la mesure de chacun.e</b>	Mardi	9h30 à 10h45	150 € / an
<b>Atelier soin conscience énergie</b> <b>Pour toute personne souhaitant aller plus loin dans la voie de l'énergie.</b> Une heure de pratiques liée à la conscience énergie, à la connaissance de l'être dans son entièreté. Ce cours complète parfaitement à la suite, celui du Yoga.	Mardi	10h45 à 12h + bonus	Salle de danse du complexe Léo Lagrange 25 av de l'Europe 120 € / an
<b>Danse libre, danse énergie.</b> <b>Danse du libre mouvement énergie dans la pleine Présence.</b> S'ouvrir aux libres mouvements de la joie, laisser libre sa vie et son corps. Développer l'intuitif corporel et le cœur. Un atelier de danse énergie créatrice et spontanée. Divers intervenants pour cet atelier. Des samedis après-midis seront aussi proposés en complément.	Jeudi	17h45 à 19h	150 € / an Gymnase Belle Image Rue des 2 frères
<b>Viet Tai Chi</b> <b>Mouvements corporels de détente et de douceur.</b> Pratique déstressante avec une respiration consciente. Pratique de l'ancrage, de l'enracinement et de champs d'expérience harmonisant avec l'énergie.	Vendredi	19h30 à 21h + bonus	170 € / an Petite salle d'expression corporelle Complexe Léo Lagrange 25 av de l'Europe
<b>L'atelier enfant pour les 6/11 ans</b> <b>Yoga, sophrologie, Qi Kong, Viet Tai Chi.</b> Champs d'expériences permettant aux enfants de mieux se connaître, dans leurs émotions, énergie et capacités. Développement de l'attention présente et des outils pour la détente. Jeux de coopération et d'éveil. Encadré par 3 professionnels et intervenants ponctuels.	Un vendredi sur deux de 17h30 à 19h Trois samedis après-midi de 14h à 17h (inscription possible uniquement pour les samedis). Un final en soirée.		300 € / an les vendredis tous les quinze jours + les trois samedis après-midis et le final en soirée 200 € que les vendredis et possibilité à la carte pour les samedis : 40 € <b>Dates des vendredis et samedis :</b> vendredis 18 et 25 septembre 2020 (les ateliers d'essais), vendredis 2 et 16 octobre 2020, vendredis 6 et 20 novembre 2020, vendredis 4 et 18 décembre 2020 (le 18 avec les parents), vendredi 8 janvier 2021, vendredis 5 et 12 février 2021, vendredis 5 et 12 mars 2021, vendredis 2 et 16 avril 2021 (le 16 avec les parents), vendredis 7 et 21 mai 2021, vendredis 4 et 18 juin 2021 et le final avec parents, le vendredi 25 juin 2021. Pour les samedis après-midis : le 28 novembre 2020, le 30 janvier 2021 et le 10 avril 2021.

**Adhésion annuelle à l'association Souffle d'ArtMonie : 20 €**

**Réduction selon le nombre d'ateliers :**

- 10 % pour 3 ateliers
- 20% à partir de 4 ateliers
- 20% pour les couples et parent/enfant

**Possibilité de paiement en plusieurs fois, discutez-en avec nous.**

**Pas de pratique durant les périodes de vacances scolaires et les jours fériés**

Pour le calendrier, les thèmes et tarifs des journées et stages,  
 consultez-nous ou rendez-vous sur notre site [www.souffledartmonie.com](http://www.souffledartmonie.com)  
 E-mail : [souffledartmonie@yahoo.fr](mailto:souffledartmonie@yahoo.fr) Tél. Christian Maillé 06 83 85 41 12