

Planning des cours hebdomadaires 2019/2020 – Association Viarmonie

		Pour tous	Approfondissement
Lundi	19 h – 20h15		Tai Ji Quan Les 24 et les 108 postures
Mardi	10 h – 11h15	Qi Gong : les exercices de santé Tai Ji Quan : les 24 postures	
Mercredi	10 h – 11h15	Qi Gong Les exercices de santé	
	11 h – 12 h	Atelier qi gong et Stretching des méridiens	
Vendredi	9h45 – 10h45		Atelier qi gong et Stretching des méridiens
	10h45 – 12 h		Tai Ji Quan Les 13 et les 127 postures

Agenda 2019/2020 - Cours hebdomadaires - Association Viarmonie

Septembre		Octobre		Novembre		Décembre		Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin	
D	1	M	1	V	1	D	1	Me	1	S	1	D	1	Me	1	V	1	L	1
L	2	Me	2	S	2	L	2	J	2	D	2	L	2	J	2	S	2	M	2
M	3	J	3	D	3	M	3	V	3	L	3	M	3	V	3	D	3	Me	3
Me	4	V	4	L	4	Me	4	S	4	M	4	Me	4	S	4	L	4	J	4
J	5	S	5	M	5	J	5	D	5	Me	5	J	5	D	5	M	5	V	5
V	6	D	6	Me	6	V	6	L	6	J	6	V	6	L	6	Me	6	S	6
S	7	L	7	J	7	S	7	M	7	V	7	S	7	M	7	J	7	D	7
D	8	M	8	V	8	D	8	Me	8	S	8	D	8	Me	8	V	8	L	8
L	9	Me	9	S	9	L	9	J	9	D	9	L	9	J	9	S	9	M	9
M	10	J	10	D	10	M	10	V	10	L	10	M	10	V	10	D	10	Me	10
Me	11	V	11	L	11	Me	11	S	11	M	11	Me	11	S	11	L	11	J	11
J	12	S	12	M	12	J	12	D	12	Me	12	J	12	D	12	M	12	V	12
V	13	D	13	Me	13	V	13	L	13	J	13	V	13	L	13	Me	13	S	13
S	14	L	14	J	14	S	14	M	14	V	14	S	14	M	14	J	14	D	14
D	15	M	15	V	15	D	15	Me	15	S	15	D	15	Me	15	V	15	L	15
L	16	Me	16	S	16	L	16	J	16	D	16	L	16	J	16	S	16	M	16
M	17	J	17	D	17	M	17	V	17	L	17	M	17	V	17	D	17	Me	17
Me	18	V	18	L	18	Me	18	S	18	M	18	Me	18	S	18	L	18	J	18
J	19	S	19	M	19	J	19	D	19	Me	19	J	19	D	19	M	19	V	19
V	20	D	20	Me	20	V	20	L	20	J	20	V	20	L	20	Me	20	S	20
S	21	L	21	J	21	S	21	M	21	V	21	S	21	M	21	J	21	D	21
D	22	M	22	V	22	D	22	Me	22	S	22	D	22	Me	22	V	22	L	22
L	23	Me	23	S	23	L	23	J	23	D	23	L	23	J	23	S	23	M	23
M	24	J	24	D	24	M	24	V	24	L	24	M	24	V	24	D	24	Me	24
Me	25	V	25	L	25	Me	25	S	25	M	25	Me	25	S	25	L	25	J	25
J	26	S	26	M	26	J	26	D	26	Me	26	J	26	D	26	M	26	V	26
V	27	D	27	Me	27	V	27	L	27	J	27	V	27	L	27	Me	27	S	27
S	28	L	28	J	28	S	28	M	28	V	28	S	28	M	28	J	28	D	28
D	29	M	29	V	29	D	29	Me	29	S	29	D	29	Me	29	V	29	L	29
L	30	Me	30	S	30	L	30	J	30			L	30	J	30	S	30	M	30
		J	31			M	31	V	31			M	31			D	31		