



Association
FLEUR'ESSENCE

PLANNING PREVISIONNEL 2024-2025 *(susceptible d'ajustements)*

COURS DE QI GONG, TAI CHI CHUAN, HATHA YOGA et MEDITATION association Fleur'essence à Toulouse

La plupart des cours ont lieu en extérieur (jardins publics) lorsqu'il fait beau (voir planning).

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
9h15-10h30 : Qi Gong-Tai Chi <i>(avec Véronique)</i> Chapelle St Michel / Jardin des plantes	10h-11h15 : Yoga doux du souffle <i>(avec Manuela)</i> Salle quartier St Agne	10h-11h15 : Hatha Yoga <i>(avec Christelle)</i> Salle quartier Palais de Justice / Jardin des plantes	10h15-11h30 : Qi Gong <i>(avec Véronique)</i> Chapelle des Bateliers / Jardin des plantes	9h-10h15 <i>(ou 9h-10h), selon souhait du groupe) :</i> Hatha Yoga <i>(avec Véronique)</i> Centre Culturel des Mazades / parfois au Jardin de Compans (si groupe ok)
10h45-12h : Qi Gong <i>(ou Hatha Yoga</i> <i>(selon demandes) (avec Véronique)</i> Salle quartier Palais de Justice / Jardin des plantes				10h30-11h45 : Qi Gong <i>(avec Véronique)</i> Centre Culturel des Mazades / Jardin de Compans
18h15-19h30 : (à confirmer) Qi Gong <i>(avec Malorie)</i> Salle quartier Minimes / Jardin de Compans				12h15-13h30 : (ou 12h30- 13h30, selon souhait du groupe) Hatha Yoga <i>(avec Véronique)</i> Chapelle Saint Michel / Jardin des plantes
18h15-19h30 : Hatha Yoga <i>(avec Manuela)</i> Salle Bourbaki (métro Minimes) / Jardin de Compans	18h30-19h45 : Qi Gong <i>(avec Véronique)</i> Ecole élémentaire Saouzelong / Jardin ou cour de l'école /ou Jardin des plantes (si groupe ok)	18h-19h15 : <i>(horaire ajustable à 18h10 quand cours à la salle et 18h quand au Jardin)</i> Qi Gong <i>(avec Véronique)</i> Chapelle des Bateliers / Jardin des plantes	18h25-19h40 : Hatha Yoga <i>(avec Véronique)</i> Salle quartier St Agne / parfois au Jardin des plantes (si groupe ok)	
20h-21h15 : Qi Gong <i>(avec Malorie)</i> Centre Culturel des Mazades, / éventuellement en juin au Jardin de Compans	20h-21h15 : Hatha Yoga <i>(avec Véronique)</i> Ecole élémentaire Saouzelong	19h30-20h45 : Hatha Yoga <i>(avec Véronique)</i> Chapelle des Bateliers / en juin au Jardin des plantes, si groupe ok	19h40-20h55 : Yoga du souffle <i>(avec Manuela)</i> Salle quartier St Agne	