



L'ADHESION ANNUELLE de 20€ est obligatoire pour bénéficier des cours hebdomadaires, de la carte de 5 cours, du tarif réduit des ateliers thématiques

↳ **Toutes les activités sont assurées dans le respect des mesures sanitaires actuelles**

*** BOUGER POUR SE RESSOURCER
La Gymnastique Sensorielle® propose, en partie, des mouvements codifiés :

ce sont des enchainements structurés et divisés en plusieurs degrés.

Chaque degré permet de travailler des intentions spécifiques

Le mouvement codifié permet d'allier le plaisir de bouger à celui de retrouver élasticité et souplesse dans une lenteur propre à cette pratique, de soulager les tensions, de gagner en amplitude dans son geste, tout en apaisant les pensées.

Une écologie intérieure retrouvée !

OUVERT A TOUS

L'association se réserve le droit d'apporter des modifications au niveau des tarifs, des dates, des lieux ... OU d'annuler les stages selon l'effectif. Calendrier en mouvement pouvant proposer des activités supplémentaires.



Les rendez-vous immanquables de Couleur Passion !

↳ **A.G. 18 octobre 2024**

↳ **Repas adhérents : date à venir en juin 2025**

		Dates	Thèmes	Heures	Lieux	Prix *
Saison	Ateliers Hebdomadaires du 17 sept 2024 au 22 juin 2025	Mardi	A.G.S. - MDB Atelier de Gymnastique Sensorielle ® Méthode Danis Bois	10h15-11h45	Maison des Loisirs et des Découvertes 361 av. de Vercors Le Mée sur Seine	310€/an ou 90€ carte 5 cours** ou 22,50€ le cours**
		Jeudi		18h30 - 20h		150€/trimestre ou 100€ carte 5 cours**
		Vendredi	A.G.A. Atelier de Gymnastique Adaptée	9h15-10h30		
2024	Ateliers Mensuels (mercredi soir)	25 septembre 16 octobre 20 novembre 18 décembre 22 janvier 12 février 19 mars 30 avril 21 mai 11 juin	M.P.P Atelier Méditation de Pleine Présence ® Méthode Danis Bois	18h30-20h00	Club de l'Amitié, salle Fenez D 221 avenue du Vercors Le Mée sur Seine	15€/atelier 22,50 € non adhérent
2025	Ateliers BIM Bimestriels (samedi) Gymnastique Sensorielle® et mouvements codifiés	16-nov 25-janv 17-mai	Bouger pour se ressourcer *** 1er degré Ancrage et stabilité - douceur et fluidité 2ème degré Se déplacer, explorer, agir tout en prenant son temps 3ème degré Rythme et respiration fondamentale du corps	13h-16h	Club de l'Amitié, salle Fenez D 221 avenue du Vercors Le Mée sur Seine	35€/atelier 45€ non adhérent
2025	Atelier Nature	date à préciser (juin 2024)	Méditation en mouvement Pratique en extérieur (en fonction de la météo)	18h15 - 21h	Parc Chapu Le Mée sur Seine	35€/atelier 45€ non adhérent
2025	Idées en mouvement Bimestriels (samedi)	Dates validées au fur et à mesure des idées retenues	Ateliers troc d'idées → La parole aux adhérents	14h-17h	Variable en fonction de l'idée	2€ adhérent 5€ non adhérent + participation aux frais de matériel et/ou intervenant
			Espace de liberté créative	14h-17h	Le Mée sur Seine ou Vert Saint Denis	
Action Parentalité dans le cadre de la Politique de la Ville		samedis 28 sept 16 nov 25 jan-8 fév 15 mars - 5 avril 17 mai-7 juin	Ateliers mensuels Parents-Enfants Ramène ta fraise (RTF) "Pour jouer ensemble et grandir en confiance"	10h30-12h	Club de l'Amitié, salle Fenez D 221 avenue du Vercors Le Mée sur Seine	Entrée libre sur inscription au 06 37 77 63 03
		24 oct - 20 fév 17 avr	Stages vacances scolaires RTF	14h-17h		
		11-déc.	Spectacle-goûter-rencontre RTF clôture de l'année 2023	14h-17h	Lieu en attente	
		18-juin	Spectacle-goûter-rencontre RTF clôture de saison	14h-17h		

* Révision cotisation assemblée générale du 16 nov 2018

** Carte valable sur l'année en cours