

TRAIT D'UNION

Association loi 1901

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

Programme du mois de janvier 2025



Faire du bien
Faire du lien



@traitdunionalfortville

Contact :

traitdunion94@gmail.com

Téléphone/WhatsApp :
06 36 08 89 75

Retrouvez le détail des
activités, les modalités
d'inscription, les tarifs,
sur le site de Trait d'union :

www.traitdunion94.org



COURS HEBDOMADAIRES

Lundi 17h00 -18h00 : YOGA VINYASA

Lundi 18h30 - 19h30 : QI GONG

Lundi 20h00 - 21h00 : HATHA YOGA

Mardi 12h30-13h30 : QI GONG

Mardi 19h00-21h00 : Atelier CRÉATION SPECTACLE

Mercredi 19h15-20h15 : YOGA VINYASA

Mercredi 20h20-21h20 : YIN YOGA (Yoga doux)

Jeudi 17h00-18h00 et 18h15-19h15 : YOGA VINYASA

Vendredi 10h00-11h00 : GYM DOUCE-PILATES

Vendredi 12h00-13h00 et 13h00-14h00 : YOGA VINYASA

Vendredi 16h00-17h00 et 17h15-18h15 : YOGA VINYASA

Samedi 10h30-11h30 : HATHA YOGA

Dimanche 9h00-10h00 : GYM DOUCE

Dimanche 10h00-11h00 : GYM D'ENTRETIEN



Ne pas jeter sur la voie publique



ACTIVITÉS DU MOIS DE JANVIER



Semaine du 5 au 12 janvier

- GYM, dimanche 5 janvier, de 15h00 à 16h00 (en remplacement des cours du matin)
- CAFÉ PSYCHO, mardi 7 janvier, à 19h00, à Paris
- Atelier CRÉATION SPECTACLE, mardi 7 janvier, à 19h00
- CLUB de LECTURE, jeudi 9 janvier, de 19h30 à 21h00
- Atelier ART-THÉRAPIE, vendredi 10 janvier, de 18h30 à 20h30
- GYM DOUCE “Spécial détox après les fêtes”, dimanche 12 janvier, 14h00 à 15h00
- SOPHROLOGIE “Retrouver la vitalité cet hiver”, dimanche 12 janvier, 15h15 à 16h30

Semaine du 13 au 19 janvier

- CAFÉ PSYCHO, mardi 14 janvier, à 19h00, à Paris
- Atelier CRÉATION SPECTACLE, mardi 14 janvier, à 19h00
- Atelier KARAOKÉ, vendredi 17 janvier, à 19h00
- STUDIO RÉPARATION, samedi 18 janvier de 14h00 à 17h00
- Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 18 janvier de 17h30 à 19h00
- ATELIER CUISINE SAINTE DU QUOTIDIEN “Les protéines végétales”, dimanche 19 janvier, de 12h00 à 15h00 (*nouveau!*)

Semaine du 20 au 26 janvier

- CAFÉ PSYCHO, mardi 21 janvier, à 19h00, à Paris
- Atelier CRÉATION SPECTACLE, mardi 21 janvier, à 19h00
- Conférence sur les secrets des demeures royales de France : “LE LOUVRE 2ème partie”, vendredi 24 janvier, à 19h00
- RENCONTRES DYS, samedi 25 janvier, de 15h00 à 17h00 (*nouveau!*)

Semaine du 27 janvier au 2 février

- CAFÉ PSYCHO, mardi 28 janvier, à 19h00, à Paris
- Atelier CRÉATION SPECTACLE, mardi 28 janvier, à 19h00
- Atelier DRAMATHÉRAPIE, vendredi 31 janvier, de 18h30 à 21h30
- Atelier KARAOKÉ, samedi 1er février, 16h00 à 18h30
- Soirée JEUX DE SOCIÉTÉ, samedi 1er février, à 19h00

Trait d'union vous souhaite une très belle année 2025 !

