

TRAIT D'UNION

Association loi 1901

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

Programme du mois de février 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 17h00-18h00 : YOGA ENFANTS (6-10 ans) *nouveau*

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
(10h30-11h30 pendant les vacances)

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

ACTIVITÉS DU MOIS DE FÉVRIER

Semaine du 1er au 9 février

- Atelier KARAOKÉ, samedi 1er février, de 16h00 à 18h30
- Soirée JEUX DE SOCIÉTÉ, samedi 1er février, à 19h00
- CAFÉ PSYCHO, mardi 4 février, à 19h00, à Paris
- CLUB de LECTURE, jeudi 6 février, de 19h30 à 21h00
- Atelier ART-THÉRAPIE, vendredi 7 février, de 18h30 à 20h30
- CAFÉ BIEN-ÊTRE "Prendre soin de soi", samedi 8 février, 16h30 à 18h30
- GYM DOUCE "spécial posture et respiration", dimanche 9 février, 14h00 à 15h00
- SOPHROLOGIE "Retrouver le calme", dimanche 9 février, 15h15 à 16h30

Semaine du 10 au 16 février

- CAFÉ PSYCHO, mardi 11 février, à 19h00, à Paris
- Atelier KARAOKÉ, vendredi 14 février, à 19h00
- STUDIO RÉPARATION, samedi 15 février de 14h30 à 17h30
- Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 15 février de 17h30 à 19h00

Semaine du 17 au 23 février

- PILATES, mardi 18 février de 17h30 à 18h30
- CAFÉ PSYCHO, mardi 18 février, à 19h00, à Paris
- HABLAMOS ESPANOL, Conversation en espagnol, jeudi 20 février, à 20h00 (*en visio*)
- GROUPE de DYS-CUSSION, samedi 22 février, de 14h00 à 16h00
- DICTÉE CHALLENGE, samedi 22 février, de 16h30 à 18h30 (*nouveau!*)
- Soirée JEUX DE SOCIÉTÉ, samedi 22 février, à 19h00

Semaine du 24 février au 2 mars

- SOPHROLOGIE, mardi 25 février de 17h30 à 18h30
- CAFÉ PSYCHO, mardi 25 février, à 19h00, à Paris
- Atelier KARAOKÉ, samedi 1er mars à 18h00

SCÈNE OUVERTE DE TRAIT D 'UNION

Dimanche 6 juillet

APPEL A CANDIDATURES

Ouvert à toutes et à tous, à toutes formes d'expressions scéniques
Si vous souhaitez participer, contactez-nous, envoyez une
candidature à traitdunion94@gmail.com

