

TRAIT D'UNION

Association loi 1901

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

Programme du mois d'avril 2025

COURS HEBDOMADAIRES



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



Lundi 17h00-18h00 : YOGA ENFANTS (6-10 ans)

nouveau

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)

Vendredi 10h00-11h00 : GYM DOUCE-PILATES

Vendredi 12h00-13h00 : YOGA VINYASA

Vendredi 13h00-14h00 : YOGA VINYASA

Samedi 10h30-11h30 : HATHA YOGA

Dimanche 10h30-11h30 : GYM D'ENTRETIEN

Spécial vacances scolaires :

MARATHON JEUX DE SOCIÉTÉ D'ANABY

les 14, 15 et 16 avril
de 14h00 à 16h00

PILATES

mardi 22 avril, 10h30 à 11h30



ACTIVITÉS DU MOIS D'AVRIL

Semaine du 1er au 6 avril

- CAFÉ PSYCHO, mardi 1er avril, à 19h00, à Paris
- CLUB de LECTURE, jeudi 3 avril, de 19h30 à 21h00
- Atelier DRAMA-THÉRAPIE, vendredi 4 avril, de 18h40 à 21h10
- Atelier AMÉLIORER SON SOMMEIL PAR DES MÉTHODES NATURELLES, samedi 5 avril, 17h30 à 19h00
- Soirée JEUX DE SOCIÉTÉ samedi 5 avril à 19h30
- Atelier GYMNASTIQUE DOUCE : “assouplissement en douceur”, dimanche 6 avril de 14h00 à 15h00
- Atelier SOPHROLOGIE : “apprendre à gérer sa douleur” dimanche 6 avril 15h00-16h15

Semaine du 7 au 13 avril

- CAFÉ PSYCHO, mardi 8 avril, à 19h00, à Paris
- STUDIO RÉPARATION, samedi 12 avril, de 14h00 à 17h00
- Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 12 avril, de 17h00 à 19h00

Semaine du 14 au 20 avril

- CAFÉ PSYCHO, mardi 15 avril, à 19h00, à Paris
- Conférence Les secrets des demeures royales : VERSAILLES 1ère partie, vendredi 18 avril, à 19h00
- Atelier KARAOKÉ, samedi 19 avril, 16h30 à 19h00

Semaine du 21 au 27 avril

- PILATES, mardi 22 avril, 10h30 à 11h30
- Atelier JOURNALING/LOISIRS CRÉATIFS, mardi 22 avril, 14h00 à 16h00
- CAFÉ PSYCHO, mardi 22 avril, à 19h00, à Paris
- Atelier JOURNALING/LOISIRS CRÉATIFS, mercredi 23 avril, 14h00 à 16h00
- Atelier ART-THÉRAPIE, vendredi 25 avril, 18h30 à 20h30

Semaine du 28 avril au 4 mai

- CAFÉ PSYCHO, mardi 29 avril, à 19h00, à Paris
- Atelier KARAOKÉ, samedi 3 mai, 16h00 à 18h30

*Des **travaux de rénovation** vont avoir lieu à Trait d'union, probablement la dernière semaine d'avril, à l'heure où nous éditons la date n'est pas encore confirmée, certains cours ou ateliers pourraient être reportés, vérifiez sur le site de l'association : <https://www.traitdunion94.org/>*