

TRAIT D'UNION

Association loi 1901

34, rue des Camélias 94140 Alfortville

Programme du mois de mai 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 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)

Vendredi 10h00-11h00 : STRETCHING - PILATES

Vendredi 12h00-13h00 : YOGA VINYASA

Vendredi 13h00-14h00 : YOGA VINYASA

Samedi 10h30-11h30 : HATHA YOGA

Dimanche 10h30-11h30 : GYM D'ENTRETIEN

ACTIVITÉS DU MOIS DE MAI

Semaine du 1er au 11 mai

- Atelier STRETCHING : “spécial posture - étirements posturaux, redressement, pour la fin du mal de dos”, samedi 3 mai de 14h30 à 15h30
- Atelier SOPHROLOGIE : “prendre du recul” samedi 3 mai, de 15h30-16h30
- Soirée JEUX DE SOCIÉTÉ : samedi 10 mai à 19h00

Semaine du 12 au 18 mai

- CAFÉ PSYCHO, mardi 13 mai, à 20h00, *en visio*
- CLUB DE LECTURE, jeudi 15 mai, à 19h30
- **SPECTACLE DE L'ATELIER CRÉATION, dimanche 18 mai, à 17h30, au Studio 148**

Semaine du 19 au 25 mai

- CAFÉ PSYCHO, mardi 20 mai, à 19h00, à Paris
- HABLAMOS ESPANOL, conversation en espagnol, mardi 20 mai, à 20h00 *en visio*

TRAVAUX A L'ASSOCIATION :

aucune activité n'aura lieu au local de Trait d'union du 17 au 25 mai inclus

Semaine du 26 mai au 1er juin

- CAFÉ PSYCHO, mardi 27 mai, à 19h00, à Paris
- Atelier KARAOKÉ, vendredi 30 mai, à 19h00
- STUDIO RÉPARATION, samedi 31 mai, 14h00 à 17h00
- Atelier TRAVAUX D'AIGUILLES, samedi 31 mai, de 17h00 à 19h00

JE SUIS UNE FEMME ET ..

Représentation de l'atelier CRÉATION SPECTACLE
de Trait d'union!
Théâtre, rap, chant, humour, slam

**Dimanche 18 mai
à 17h30**

Accueil du public à 17h00

Lieu : Le STUDIO 148

148, rue Paul Vaillant-Couturier à Alfortville (94140)

Entrée gratuite, dans la limite des places disponibles
Participation au chapeau

En savoir plus : <https://www.traidunion94.org/>

JE SUIS UNE FEMME ET ..

Présenté par l'atelier Création Spectacle
de l'association Trait d'union :
théâtre, chant, rap, slam, humour

Dimanche 18 mai

à 17h30

Accueil à partir de 17h00

Lieu : « Le studio 148 »

148, av Paul Vaillant-Couturier 94140 Alfortville



Entrée gratuite
Dans la limite des places disponibles
Participation au chapeau

Plus d'informations : <https://www.traidunion94.org/>

