

Le Dojo d'Ourres – planning activités régulières 2024-2025

Horaire	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
8 – 9h	8h – 9h Aïkido		8h – 9h Aïkido	8h 30 – 9h 30 Gym tonique			
9 – 10h		9h30 – 10h30 Qi Gong	9h – 10h Baby gym		9h – 9h 30 Méditation	<i>Stages et activités ponctuelles</i>	<i>Stages et activités ponctuelles</i>
10 – 11h			10h – 12h 30 Chant impro (voir dates infra)				
11 – 12h	11h – 11h 45 Ecole maternelle	11h – 11h 45 Ecole maternelle		11h – 11h 45 Ecole maternelle			
12 – 13h							
13 – 14h							
14 – 15h	14h 15 – 15h Ecole primaire *	14h – 15h 30 Gym sensorielle					
15 – 16h				15h30 – 16h30 Danse Forro conf	15h30 – 16h20 Ecole primaire*		
16 – 17h			16h – 18h 30 Chant choral (voir dates infra)				
17 – 18h					17h30 – 19h Kundalini yoga		
18 – 19h	18h 30 – 20h Danse Forro déb.						
19 – 20h				19h 30 – 21h Aïkido			
20 – 21h							
21 – 22h							
22 – 23h							

Intervenants et responsables

Aïkido : Bertrand - laurenceetbertrand@gmail.com

Chant choral : Pauline - les mercredis et les dimanches (10-12h30). Dates : 6/10 – 13/10 – 6/11 – 17/11 – 27/11 – 15/12 – 8/01 – 26/01 – 5/02 – 26/02 – 9/03 – 23/03 – 2/04 – 27/04 – 11/05 – 21/05 – 8/06 – 15/06 – 25/06

Chant impro : Sita - sita.lopez05@gmail.com - 25 septembre - 16 octobre - 13 ou 20 novembre - 11 décembre

Danse Forro : Laetitia laetitia.delabrosse@gmail.com

Danse contemporaine : Ambre – ambre_lavignac@hotmail.fr - dates à confirmer

Ecole maternelle : Lise - nurulharnadi2003@yahoo.fr

Ecole primaire : Valentine et Lucile - ecole.eourres@gmail.com

Gym enfants, gym tonique : Gwen - gwenaellesersbarbier@gmail.com

Gym sensorielle : Laurence - laurenceetbertrand@gmail.com

Kundalini yoga : Harimandir - harimandir57@yahoo.fr

Méditation : Claire – decrayencourclaire@gmail.com

Qi Gong : Marion - mbrotte@protonmail.com