



LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI
YOGA	TAÏ CHI SELF DÉFENSE	TAÏ CHI BAGUA ZHANG QI GONG	TAÏ CHI BAGUA ZHANG QI GONG	TAÏ CHI
Saint Sauveur d'Aunis Salle des Vignes Rue du Huit mai 1945	Saint Jean de Liversay Salle des fêtes	Saint Jean de Liversay Salle des fêtes	Dompierre sur Mer Salle Albert Rivas 5 Rue du Soleil Couchant	La Rochelle Gymnase Ruibet
<p>17H30 - 18H30</p> <p>18H30 - 19H30</p> <p>19H30 - 20H45</p>	<p>1 MARDI SUR 2 À PARTIR DU 16 SEPTEMBRE</p> <p>19H - 21H</p>	16H - 17H45	10H30 - 11H45	12H15 - 14H
Avec James Nener et Elizabete Reis (dernier cours)	Avec Loïc Humbert	Avec James Nener	Avec James Nener	Avec Jennifer Macavinta
		KUNG FU KEMPO KARATÉ SELF DÉFENSE, KALI SILAT	TAÏ CHI	
		Saint Jean de Liversay Salle des fêtes	Chagnolet Salle du Tilleul 42B Grande Rue	
		<u>Enfants déb et avancés</u> (dès 7 ans) 18H - 19H	18H00- 19H15	
		<u>Adolescents et adultes</u> (dès 16 ans) 19H - 21H	Avec Jennifer Macavinta	
		Avec James Nener	TAÏ CHI BAGUA ZHANG QI GONG	
			Saint Jean de Liversay Salle des fêtes	
			19H - 20H30	
			Avec James Nener	
			YOGA	
			Saint Jean de Liversay Salle des fêtes	
	17H45 - 18H45			
	Avec James Nener			
	Le Gué d'Alléré 6 Rue du passage à Gué			
	18H - 19H			
	Avec Maryvonne Brunet			
	19H15 - 20H30	Avec Elizabete Reis		