

Stages 2024

19 – 20 - 21 janvier
5 – 6- 7 avril
31 mai – 1 – 2 juin
13 – 14 - 15 septembre
15 – 16 - 17 novembre

| | | | | |
|-----------------|------------|-----------------------|--------------|------------------------|
| Vendredi | 18h | Pratique respiratoire | 19h30 | Mouvement régénérateur |
| Samedi | 8h | Pratique respiratoire | 10h | Mouvement régénérateur |
| Samedi | 16h | Pratique respiratoire | 17h30 | Mouvement régénérateur |
| Dimanche | 8h | Pratique respiratoire | 10h | Mouvement régénérateur |

Etre présent 15 minutes avant le début des séances avec un kimono pour la Pratique respiratoire et des vêtements confortables pour le Mouvement régénérateur. L'initiation aux activités se fait à l'occasion d'un stage.

Dojo : 32 avenue de la Gare 74100 Annemasse

Animation : Emmanuel Escalle

Informations :

<http://respirationmouvement.free.fr>

Contact :

06 84 06 50 39
022 753 14 31

Pratique hebdomadaire

| | | |
|-----------------|--------------|------------------------|
| Mardi | 6h30 | Pratique respiratoire |
| Vendredi | 6h30 | Pratique respiratoire |
| Samedi * | 8h30 | Pratique respiratoire |
| | 10h30 | Mouvement régénérateur |

** 24 février - 27 avril – 29 juin – 27 juillet
24 aout - 12 octobre – 14 décembre*

Cotisation annuelle de
Membre actif de l'association
235 euros

Participation

Stage d'initiation

80 euros
Une ou deux activités
(compris un mois de pratique)

Stages

Une activité 60€
Deux activités 80€
Avec la cotisation 30€

Respiration et Mouvement 32 avenue de la gare 74100 - Annemasse