



Planning Dojo Wambrechies
Association arts martiaux, culture japonaise et bien-être Wambrechies
1320 rue d'Ypres 59118 Wambrechies
Tél : +33 (0) 6 95 66 19 73

www.dojowambrechies.com

NOUVEAU PLANNING COURS HEBDOMADAIRES 2019/2020

(sous réserve de changements)

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
10h00-11h15 Tai chi chuan Tout niveau Jean-Claude Disponible à la location	Disponible à la location	9h00-10h00 Conte Musical 6/10 ans 10h00-11h00 Ateliers parents/BB 0/3 ans 11h15-12h00 Eveil musical 3/6 ans	Disponible à la location	Disponible à la location 10h00-11h00 Réservé Disponible à la location	location pour stage ou événement	location pour stage ou événement
Disponible à la location	12h15-13h00 Abdo-fessiers / pilates Timothé	Disponible à la location	12h30-13h30 Sophro-Pilates Isabelle	12h15-13h15 MLC Delphine	location pour stage ou événement	location pour stage ou événement
14h00-15h00 Stretching postural® Tout niveau 15h30-16h30 Développement personnel / couple 16h30-17h30 Développement personnel / couple 18h00-19h30 Aïkido Adultes	14h00-15h00 Vini Yoga Mélanie Disponible à la location	Disponible à la location 17h30-18h30 Sophrologie Isabelle	Disponible à la location	Disponible à la location Location pour stage ou événement	location pour stage ou événement	location pour stage ou événement
Fondamentaux Armes et Kashima	19h30-21h00 Tai chi chuan Tout niveau Jean-Claude	18h30-19h30 Hatha Yoga Karine Disponible à la location	19h00-20h00 Cardio Training Timothé 18h00-19h00 Sophrologie Nathalie	Location pour stage ou événement	location pour stage ou événement	location pour stage ou événement

Documents pour s'inscrire :

- >>Certificat médical de non contre-indication à la pratique choisie
 - >>Documents administratifs à remplir sur place ou à télécharger sur le site www.dojowambrechies.com
 - >>Règlement au prestataire – 1^{er} cours gratuit ou payant (voir tarifs sur le site ou sur place + 5€/an association)
- OUVERT A TOUS ☺**