



OCCUPATION DES SALLES

Swiss Dojo - Centre d'Arts corporels et de Culture - Saillon - Septembre 2020

	LUNDI		MARDI		MERCREDI		JEUDI		VENDREDI	
	REZ	ETAGE	REZ	ETAGE	REZ	ETAGE	REZ	ETAGE	REZ	ETAGE
07h00								Méditation & Qi Gong		
07h30								Méditation & Qi Gong		
08h00			Fondation Domus	Fondation Domus			Méditation Pro Senectute	Fondation Domus		
08h30			Fondation Domus	Fondation Domus			Méditation Pro Senectute	Fondation Domus		
09h00	Yoga		Fondation Domus	Fondation Domus			Ecole primaire	Fondation Domus	Vinyasa Yoga	
09h30	Yoga		Fondation Domus	Fondation Domus			Ecole primaire	Fondation Domus	Vinyasa Yoga	
10h00	Yoga	Antigym	Fondation Domus	Fondation Domus		Pilates	Ecole primaire	Fondation Domus	Vinyasa Yoga	
10h30		Antigym	Expression corporelle	Fondation Domus		Pilates	Ecole primaire	Fondation Domus		
11h00		Antigym	Expression corporelle	Fondation Domus		Pilates	Ecole primaire	Fondation Domus		
11h30		Antigym	Expression corporelle	Fondation Domus		Pilates		Fondation Domus		
12h00			Fondation Domus	Fondation Domus				Fondation Domus	x	
12h30			Fondation Domus	Fondation Domus				Fondation Domus	x	
13h00			Fondation Domus	Fondation Domus				Fondation Domus	x	
13h30		Ecole primaire	Fondation Domus	Fondation Domus				Fondation Domus	x	
14h00		Ecole primaire	Fondation Domus	Fondation Domus	Gym des Aînés			Fondation Domus	x	Yoga maternité
14h30		Ecole primaire	Fondation Domus	Fondation Domus	Gym des Aînés			Fondation Domus	x	Yoga maternité
15h00		Ecole primaire	Fondation Domus	Fondation Domus				Fondation Domus	Danses	Yoga maternité
15h30		Ecole primaire	Fondation Domus	Fondation Domus			Qi Gong Pro Senectute	Fondation Domus	du Monde	
16h00			Fondation Domus	Fondation Domus			Qi Gong Pro Senectute	Fondation Domus	Pro Senectute	
16h30	Gym Bayart	Karaté (enfant)	Fondation Domus	Fondation Domus		Budo (enfant)	Tai Chi Pro Senectute	Fondation Domus	x	
17h00	Gym Bayart	Karaté (enfant)				Budo (enfant)	Tai Chi Pro Senectute		x	
17h30	Gym Bayart							Hatha Yoga	x	
18h00		Arts appliqués	Essence du mouvement	Nunchaku		Acroyoga	Zhineng Qigong	Hatha Yoga	x	Jiu-Jitsu
18h30	Tai Chi	de la Scène	Essence du mouvement	Nunchaku	Tai Chi	Acroyoga	Zhineng Qigong	Arts martiaux intérieurs	x	Jiu-Jitsu
19h00	Tai Chi	Karaté	Essence du mouvement	Jiu-Jitsu	Tai Chi	Acroyoga	Zhineng Qigong	Arts martiaux intérieurs	x	Jiu-Jitsu
19h30	Tai Chi	Karaté	Expression corporelle	Jiu-Jitsu	Karaté	Aikido	Expression corporelle	Kyudo	x	Cercle de Tambours
20h00	Qi Gong spontané	Karaté	Expression corporelle	Jiu-Jitsu	Karaté	Aikido	Expression corporelle	Kyudo	x	Cercle de Tambours
20h30	Qi Gong spontané		Expression corporelle		Karaté	Aikido	Expression corporelle	Kyudo	x	Cercle de Tambours
21h00								Kyudo	x	
21h30									x	
22h00									x	
22h30									x	