



Septembre			
	Samedi 9		Forum des associations Cherbourg en Cotentin
	Lundi 11		Reprise des cours
	Samedi 16		Forum des associations Saint Pierre Eglise
QI GONG	Samedi 30	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
TAI CHI CHUAN	Samedi 30	14h00 - 17h00	Atelier TAI CHI CHUAN enseignants et avancés
Octobre			
QI GONG	Samedi 14	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
KINOMICHI	Samedi 21	PARIS	Atelier « dans la cours » PARIS
Novembre			
TAI CHI CHUAN	Samedi 18 Dimanche 19		Stage Régional de TAI CHI CHUAN Avec Duc N'GUYEN MINH
QI GONG	Samedi 25	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
Décembre			
QI GONG	Samedi 16	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
Janvier			
		?	
KINOMICHI	Samedi 27 Dimanche 28		Stage Régional de KINOMICHI Avec Jérôme DERMY
février			
QI GONG	Du 9 au 11		Stage QI GONG avec Maitre Ming Yue
QI GONG	Samedi 17	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
TAI CHI CHUAN	Samedi 17	14h00 - 17h00	Atelier TAI CHI CHUAN
AG SPIRALE			Mars ou avril
mars			
Femmes dans la Ville	17 mars		Femmes dans la ville
QI GONG	Samedi 30	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
	Samedi 30	14h00 - 18h00	Atelier KINOMICHI
avril			
QI GONG	Samedi 12	9h30 - 11h30	Atelier QI GONG
TAI CHI CHUAN	Samedi 12	14h00 - 17h00	Atelier TAI CHI CHUAN
mai			
Juin			
QI GONG	Samedi 9 Dimanche 10		Stage QI GONG TATIHO
Juillet			
QI GONG TAI CHI CHUAN	Lundi 9 au Mercredi 11		Stage QI GONG et TAI CHI CHUAN
Aout			
KINOMICHI	Du 24 au 26		Stage KINOMICHI avec Christine BEULQUE

Nous vous demandons de vous inscrire au plus tôt aux activités de ce programme afin de faciliter l'organisation.

Renseignements et inscriptions : Jean-Yves FORAY – 06 67 75 03 04 – contact@spirale-asso.org

Le programme à jour est disponible sur le site de l'association : www.spirale-asso.org/