

PLANNING DES ACTIVITES EQUILIBR'ENERGY / JANVIER A AVRIL 2024

v2

Important : il est nécessaire de s'inscrire au préalable auprès de chaque intervenant

JANVIER		Lu 1	Ma 2	Me 3	Je 4	Ve 5	Sa 6	Di 7	Lu 8	Ma 9	Me 10	Je 11	Ve 12	Sa 13	Di 14	Lu 15	Ma 16	Me 17	Je 18	Ve 19	Sa 20	Di 21	Lu 22	Ma 23	Me 24	Je 25	Ve 26	Sa 27	Di 28	Lu 29	Ma 30	Me 31	matin			
				V	V								P/V	P/V	D					P/V	P/V							P/V	P/V					fin matinée		
												P/V								P/V															midi	
													P/V							Femmes		P/V								VS					début ap-midi	
							♥									PdS	Femmes							★						♥					milieu ap-midi	
							♥					P/V				Y N	Femmes	CC	P/V					★						♥		CC	P/V		fin ap-midi	
																													V						fin ap-midi VISIO ou	
																																	soirée			
												V-Lune																					soirée VISIO ou CAI			
FEVRIER		Je 1	Ve 2	Sa 3	Di 4	Lu 5	Ma 6	Me 7	Je 8	Ve 9	Sa 10	Di 11	Lu 12	Ma 13	Me 14	Je 15	Ve 16	Sa 17	Di 18	Lu 19	Ma 20	Me 21	Je 22	Ve 23	Sa 24	Di 25	Lu 26	Ma 27	Me 28	Je 29	matin					
		P/V	P/V		CAK					P/V	P/V								R													P/V	fin matinée			
					CAK	P/V																							P/V						midi	
					CAK									Femmes															VS			P/V			début ap-midi	
					CAK				P/V					Femmes																					milieu ap-midi	
					PdS	CAK								Femmes																					fin ap-midi	
					Y N				P/V					Femmes																CC	P/V				soirée VISIO ou CAB. 1	
																																	soirée			
												V-Lune																					soirée VISIO ou CAI			
MARS		Ve 1	Sa 2	Di 3	Lu 4	Ma 5	Me 6	Je 7	Ve 8	Sa 9	Di 10	Lu 11	Ma 12	Me 13	Je 14	Ve 15	Sa 16	Di 17	Lu 18	Ma 19	Me 20	Je 21	Ve 22	Sa 23	Di 24	Lu 25	Ma 26	Me 27	Je 28	Ve 29	Sa 30	Di 31	matin			
		P/V						P/V	P/V							P/V	P/V							P/V	P/V									fin matinée		
																																				midi
																																				début ap-midi
																																				milieu ap-midi
																																				fin ap-midi
																																				soirée VISIO ou CAB. 1
																																		soirée		
																																		soirée VISIO ou CAI		
AVRIL		Lu 1	Ma 2	Me 3	Je 4	Ve 5	Sa 6	Di 7	Lu 8	Ma 9	Me 10	Je 11	Ve 12	Sa 13	Di 14	Lu 15	Ma 16	Me 17	Je 18	Ve 19	Sa 20	Di 21	Lu 22	Ma 23	Me 24	Je 25	Ve 26	Sa 27	Di 28	Lu 29	Ma 30	matin				
					P/V	P/V																					P/V	P/V	R					fin matinée		
																																			midi	
					P/V																														début ap-midi	
																																				milieu ap-midi
					P/V																															fin ap-midi
																																				soirée VISIO ou CAB. 1
																																		soirée		
																																		soirée VISIO ou CAI		

**Conférences**

- par Geneviève : 10/01 = Solide fondation énergétique
- par Geneviève et Antoinette : 27/01 = Constell. astro et karmiques
- par Emmanuelle : 30/01 = Prévention burn-out
- par Elise : 24/01 = Explorer notre magnétisme
- par Elise : 07/02 = Découverte chamanisme
- par Geneviève : 08/02 = Entreprises équilibre
- par Emmanuelle : 22/02 = Trouver son ikigai
- par Maëlle et Nathalie CM : 29/02 = Yoga et Ayurvèda
- par Elise : 13/03 = Protection énergétique
- par Martine Martin : 27/03 = Découverte de La Trame
- par Elise : 03/04 = Découverte monde stellaire

**Méditation Pleine Conscience :** lundi = 20h30 - 21h30

**Méditation Chants de l'âme :** lundi = 20h30 - 21h30

**★ Danse stellaire :** samedi = 17h17 - 19h19

**V-Lune Cercle Nouvelle lune :** 20h - 21h30

**Lahochi 13 :** dimanche = 9h - 13h

**Chœur à cœur :** samedi = 16h30 - 18h30

**Alimentation de l'Hiver :** samedi = 14h - 18h

**Ateliers Ikigai :** dimanche = 14h - 18h

**Arbre de vie Confiance en soi :** 1 jeudi/mois = 12h - 13h30 Cabinet 1

**F Cercle de Sororité : puissance émotions** dimanche matin : durée 2h

**Charge mentale :** 1 jeudi/2 mois = 18h15 - 19h45

**V mixte présentiel/visio = 10h - 11h30**

**V Hello 2024 en visio :** mercredi = 10h - 11h30

**V Savoir dire Non :** vendredi = 18h15 - 19h45

**P/V Qi Gong :** lundi = 12h - 13h15 / mardi = 18h - 19h30 / mercredi = 14h - 15h30 / jeudi et vendredi = 9h30 - 11h

**Qi Gong Anti-stress énergie de la Femme :** dimanche = 19h - 20h

**Qi Gong Gestion du stress :** mardi = 20h - 21h

**Protection énergétique :** dimanche = 14h - 17h30

**V-Solaire Cercles Solaire :** 20h30 ou 21h30

**Antigymnastique :** jeudi = 12h15 - 13h15 / samedi = 11h15 - 12h15 (découverte)

**Pilates :** mercredi = 18h30 - 19h30

**Yoga postural :** lundi = 17h15 - 18h15 / mardi = 12h15 - 13h15

**Y N Yoga nidra :** samedi = 17h30 - 18h30

**VS Voyages sonores :** jeudi = 19h30 - 20h30 / samedi = 14h - 15h

**Sophrologie Nathalie :** vendredi = 18h - 19h15 / cycle 5 ateliers du vendredi = 20h15 - 21h30

**Sophrologie Agnès :** lundis semaines paires = 18h45 - 20h

**CC Cohérence cardiaque :** lundis semaines impaires = 18h45 - 20h

**R Relaxation à thème :** samedi = 10h - 11h

**InvitoJeu® :** dimanche = 10h - 17h

**Je mange donc je suis :** samedi = 14h30 - 17h30

**PdS Parfums de soins Altéarrah :** samedi = 15h - 17h

**Femmes Blessures / Libération passé :** dimanche = 14h30 - 17h30

**Découverte des Fleurs de Bach :** samedi = 10h - 11h

**Constellations Familiales :** Constellations Astro et Karmiques : dimanche = 10h - 17h

**Découverte des chakras :** samedi = 14h - 18h

**SPR Fabrication d'un spray :** samedi = 15h - 17h