



Equibr'Energy

EQUILIBR'ENERGY

5 rue du Col de Dyane – 78180 Montigny-le-Bretonneux

www.equibr-energy.com

Ateliers hebdomadaires 2024/2025

Lundi

Qi Gong	12h-13h15	Sophrologie	18h45-20h
Yoga postural	17h15-18h15	Méditation	20h30-21h30

Mardi

Yoga postural	12h15-13h15	Qi Gong	18h-19h30
----------------------	-------------	----------------	-----------

Mercredi

	Danse prénatale	12h-13h	
Qi Gong	14h-15h30	Pilates	18h30-19h30

Jeudi

Qi Gong	9h30-11h	Antigymnastique®	12h15-13h15
----------------	----------	-------------------------	-------------

Vendredi

Qi Gong	9h30-11h	Danse prénatale	12h-13h
SophroÉnergie	18h-19h15	Sophro Sommeil	20h15-21h30