

## AGENDA 2025/2026

### **Feldenkrais:**

- ° Cours le mercredi matin 10h-11h15 et un supplémentaire si affluence de 11h30-12h30
- ° Ateliers mensuels \* :Feldenkrais et danse le samedi matin 10h-12h / Feldenkrais dimanche matin 10h-12h

### **Contact Improvisation:**

- ° Cours le jeudi soir 19h15-21h15
- ° Atelier et Jam mensuel 1 dimanche par mois\*

### **Danse Improvisation:**

Tous les 15 jours le mardi soir 19h30-21h15

### **Atelier anatomie corporelle par le mouvement et le toucher** : informations à venir\*

 **Programme PEPS "Pour un équilibre plus sûr"** ,sur chaise. Pour senior ou toute personne concernée par la question de la chute.

 **Seance Individuelle** : Accompagnement par le mouvement et le toucher : Sur rendez vous, séance 1h15

\*Voir agenda sur le site actualisé tout au long de l'année [sophiedalsacewixsite](http://sophiedalsacewixsite)

### **Portes ouvertes 13 et 14 Septembre**

- Samedi matin 10h-12h: Feldenkrais et mise en mouvement
- Dimanche matin 10h-12h15 :Feldenkrais ( pratique plus longue et approfondie -échange )
- Dimanche après midi : Atelier Contact Impro 14h30-15h30 et petite Jam 16h-17h30

°Gratuit sur inscription

## Calendrier pratiques Mensuelles

**Feldenkrais et danse samedi matin de 10h à 12h :** 4oct / 8 Nov / 6 dec / 10 jan °  
l'après midi / 31 jan / 28 Fev / 4 avr °après midi / 2 mai ) Apres midi / 6 juin

**Feldenkrais ( exploration plus longue et approfondie) dimanche matin de 10h à12h15**  
: 5 oct / 8 Nov / 7 dec / 11 jan / 1er Fev / 1er mars / 5 avr / 3 mai / 7 juin

### Ou sous une autre forme

4,5 oct. sam matin Feldenkrais et danse / dimanche matin Feldenkrais

8,9 nov. sam matinFeldenkrais danse. Dimanche matinFelden

6,7 dec. sam matin Feldenkrais danse. Dimanche matin Felden

10,midi 11 jan. Sam après midi feldenkrais et danse Dimanche matin Felden

31 janv,1 er fev sam matin Felden danse dimanche matin Felden

28 fev, 1 er mars sam matin feld et danse. Dimanche matin Felden -

4,5 avril. Sam après midi feldenkrais et danse Dimanche matin Felden

2,3 mai. Sam après midi feldenkrais et danse Dimanche matin Felden

6,7 juin. sam matin Feldenkrais danse. Dimanche matin Felden