

Week-end du 5 & 6 octobre

Pratiques Qi Gong

Animées par **Patrick Met**

Masseur-kinésithérapeute et ostéopathe

*

Ateliers Rock

Animés par **Karine**

*

Ateliers Bachata et Kizumba

Animés par **Julie&Calos**



Contact : **Karine** 06.38.50.71.25 – 03.85.38.49.08

La Grange du Bois 71960 Solutré-Pouilly

dicidadse@laposte.net - <https://dicidadse71.webnode.fr>

Samedi 5 au matin – Pratiques Qi Gong

" la salutation au Tao" incluant les principes de base du Qi Gong. Ensuite pratiques sur "les 5 trésors" ou "l'ouverture des 12 méridiens"...

- 09h30-10h30 : **premier atelier**
- 11h00-12h00 : **second atelier**

6 € pour 1h ou 10 € pour les 2h

Si possible, apporter un certificat médical de non contre-indication

Inscription obligatoire auprès de Karine ou de Patrick Met (Tél : 03 85 37 62 93)

Samedi 5 – Ateliers Rock

- 14h00-15h30 **débutants**
- 16h00-17h30 **intermédiaires**

Atelier 10€ par personne

18h Assemblée Générale de D'iciDanse

A partir de 20h soirée dansante et buffet

Offerts aux adhérents. Participation aux frais de 8€ pour les non adhérents.

Dimanche 6 – Bachata & Kizumba

- 14h00-15h30 **Bachata niveau évolutif**
- 15h30-17h00 **Kizumba niveau évolutif**
- **à partir de 17h Café latino**

Atelier 10€ (Swing-café inclus) par personne. Swing-café seul 5€

Merci d'apporter des chaussures pour la piste de danse.

Pensez à vous inscrire, Merci !