

# Week-end 14 et 15 mars 2020

Auto-massage des pieds

Valse Viennoise

Balboa suivi d'un Swing-café



## Ateliers et swing-café

Contact : **Karine** 06.38.50.71.25 – 03.85.38.49.08

La Grange du Bois 71960 Solutré-Pouilly

[digidanse@laposte.net](mailto:digidanse@laposte.net) - <https://digidanse71.webnode.fr>

Auto-massage des pieds, contact **Laure Moreau**:

06.26.91.77.66 - [lauremoreaunature@gmail.com](mailto:lauremoreaunature@gmail.com)

## Samedi 14 mars

### Ateliers Auto-massage animés par **Laure**

- 9h30 - 11h00 **Réflexologie plantaire**  
(Traiter les maux du dos)
- 11h00 - 12h30 **Réflexologie plantaire : Drainage lymphatique**(activer les défenses immunitaires)

Réservation obligatoire auprès de **Laure**

### Ateliers Valse Viennoise animé par **Karine**

- 14h00 - 15h30 Niveau débutant
- 16h00 - 17h30 Niveau intermédiaire

Pour le samedi, 10 € par atelier et par personne

## Dimanche 15 mars

### Ateliers Balboa Animés par **Françoise&Jean-Pierre Munka**

- 14h00 - 15h30 Niveau débutant
- 15h30 - 17h00 Niveau intermédiaire

### Swing-café à partir de 17h

10€ par Atelier et par personne (Swing-café inclus)

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

**Pensez à vous inscrire, Merci !**