

PROGRAMME

Stands à retrouver dans le hall de la MJC :

à partir
de 12h

- Alimentation sport et bien-être animé par Henrique Viegas Gancho
- Création d'origami animé par Léa Roussel
- Savons Hapimi animé par Hapimi
- Exposition musicale animée par Caroline Hillion et Soukayna El Mariji
- Jeux de société animé par Au Hasard du Dé
- Naturopathie et réflexologie animé par Claire Gentelet
- Calligraphie / art thérapie animé par Patricia Ruiz-Garcia
- Exposition artistique d'Anna Barry
- Massages par Marine Viator
- Sport santé par Nelly Brunet
- Exposition artistique des adhérents arts de la MJC
- Pâtisserie japonaise par Oishii Keki
- Animation fresque biodiversité par l'association BISE

Espace détente lecture et boissons.

Retrouvez nos professionnels aux horaires suivants, dans le hall de la MJC :

- 13h** Michel Mathieu, animateur Yoga Hatha
- 14h** Annabelle Blanc, animatrice Pilates et Thierry Stenger, animateur Taï Chi Chuan
- 15h** Véronique Choine, animatrice sophrologie
- 16h** Mireille Monchant, animatrice Qi Gong
- 17h** Bénévoles et volontaires

10h30
à
11h30

Ateliers parents-enfants

sur inscription, gratuit, adhésion obligatoire :

- **Aïkido** - séances animées par l'association ARA - au Dojo
- **Sophrologie** - séance animée par Véronique Choine - en salle Harmonie
- **Lecture ASMR** animée par la médiathèque de Bron - en salle Sténopé

13h

Pilates - Séance avec Annabelle Blanc

1h - gratuit

14h

Yoga Hatha - Séance avec Michel Mathieu

1h - gratuit

14h à
17h

Atelier découverte des animaux et des bienfaits de la médiation animale par Tand'Aime

1h - 15€, sur inscription

Atelier Aïkido santé animé par

l'association ARA

3h - 15€, sur inscription

15h

Taï Chi Chuan - Séance avec Thierry Stenger

1h - gratuit

Atelier Médiation animale et Bien-être physique par Tand'Aime

1h - 15€, sur inscription

16h

Sophrologie - Séance avec Véronique Choine

1h - gratuit

Atelier Connaissance et approche respectueuse du chien par Tand'Aime

1h - 15€, sur inscription

17h

Qi Gong - Séance avec Mireille Monchant

1h - gratuit

Pour vous inscrire : mjcbron.fr



MJC Louis Aragon

16 place Gaillard Romanet
69 500 Bron - 04 78 26 87 25
contact@mjcbron.fr

TRAMWAY T2 / T5 > Arrêt Boutasse - C. Rousset
BUS C17 > Arrêt Marne-Lacouture
STATION VELO'V > MJC Louis Aragon
PARKING > Complexe sportif

Plus d'infos sur mjcbron.fr

En partenariat avec :



FESTIVAL TOUT, EN DÉTENTE

**25
MAI** { de 10h30 à 18h
à la MJC Louis Aragon
Gratuit

UN ÉVÉNEMENT AUTOUR DU BIEN-ÊTRE

