

WUTAO, ÉVEILLER L'ÂME DU CORPS & WUTAO SOL

avec Cécile Bercegeay, Sylvie Coquart-Morel, Marie-Aliette Delaneau, Olivier Milano, Adeline Piketty, Nathalie Rich, Sandrine Toutard, Lila Verdi

Lila Verdi : lundi 19h - 20h / salle Bleue / lila.verdi@gmail.com

Cécile Bercegeay et Olivier Milano assistés par Pascal Vaysse : mardi 19h - 20h30 / salle Jaune / cecile@wutao.fr

Nathalie Rich : mercredi 10h30 - 11h30 / salle Jaune / leparfumdeletre@gmail.com - Tél. : 06 11 47 10 47

Sandrine Toutard : mercredi 12h30 - 13h30 / salle Jaune / sandrine@wutao.fr - Tél. : 06 18 46 66 43

Marie-Aliette Delaneau : jeudi 18h - 19h / salle Jaune / marie@wutao.fr

Sylvie Coquart-Morel et Adeline Piketty : vendredi 19h - 20h / salle Bleue / adeline.piketty@sfr.fr

■ COURS D'ESSAI : 12 €

■ COURS À L'UNITÉ 1h : 18€ / 1h30 : 22 €

■ FORFAIT ANNUEL 1 COURS 1h/semaine : 390 € ■ FORFAIT 1 COURS 1h30/semaine : 490 €

■ FORFAIT ANNUEL 2 COURS 1h + 1h/semaine. : 690 € ■ FORFAIT 2 COURS 1h + 1h30/semaine : 790 €

■ FORFAIT ANNUEL 3 COURS 3 x 1h/semaine : 972 €

■ FORFAIT ANNUEL 3 COURS 2 x 1h + 1h30/semaine : 1 080 €

■ CARTE 10 COURS 1h : 160 € ■ CARTE 10 COURS 1h30 : 200 €

■ CARTE 20 COURS 1h : 280€ ■ CARTE 20 COURS 1h30 : 360€

+ FRAIS D'INSCRIPTION/GESTION : 35 €

MÉTHODE PILATES avec Sandrine Toutard

› Lundi 12h30 - 13h30 (salle Jaune)

› mercredi 16h - 17h (salle Jaune)

› mercredi 18h - 19h (salle Jaune)

■ COURS À L'UNITÉ 1h : 18 €

■ FORFAIT ANNUEL 1h/semaine = 390 € ■ FORFAIT 2h/semaine = 590 €

■ CARTE 10 COURS 1h : 160 € ■ CARTE 20 COURS 1h : 290 €

+ FRAIS D'INSCRIPTION/GESTION : 15 €

Contact Sandrine Toutard : sandrine@wutao.fr

ÉQUILIBRES et SOUPLESSE avec Laurent Bienaimé

› Lundi 17h - 19h (salle Jaune)

■ COURS À L'UNITÉ (2h) : 26 €

■ CARTE 10 COURS : 250 € ■ CARTE 20 COURS 1h : 480 €

Contact Laurent Bienaimé : bienaimelaurent@wanadoo.fr - 06 21 93 09 73

QI GONG de Mantak Chia avec Lila Verdi

› **Lundi 20h - 21h (salle Bleue)**

- COURS D'ESSAI : 12 € ■ COURS À L'UNITÉ : 18 €
- FORFAIT ANNUEL 1h/semaine : 390 € + 35 € d'adhésion à l'association
- CARTE 10 COURS 1h : 160 € + 35 € d'adhésion à l'association

Chèques à l'ordre de l'association Tao River.

Contact Lila Verdi : lila.verdi@gmail.com

TAI CHI Yang

Avec Jean-Michel Chomet et l'équipe d'enseignant.es de l'École du développement de la douceur

› **Lundi 19h15 - 20h45 (niveau intermédiaire)**

› **Lundi 20h45- 21h30 (niveau avancé)**

› **Mardi 11h - 12h30 (niveau intermédiaire)**

Tous les cours ont lieu dans la salle Jaune.

- COURS D'ESSAI : 22 €
- FORFAIT ANNUEL 1h/semaine : 390 €
- FORFAIT ANNUEL 1h30/semaine : 490 €
- FORFAIT ANNUEL 2 x 1h30/semaine : 590 €
- FORFAIT ANNUEL 1h + 1h30 : 640 €
- FORFAIT ANNUEL 3 cours et + : 790 €
- + ADHÉSION (assurance comprise) : 40 €

Contact Jean Gayot : edd.zhiroujia@yahoo.com

QI GONG - NEI GONG

Avec Jean-Michel Chomet, Laurence Cortadellas et l'équipe d'enseignant.es de l'École du développement de la douceur

› **Mardi 12h30 - 14h (salle Jaune)**

› **Mercredi 19h - 20h30 (salle Jaune)**

- COURS D'ESSAI : 22 €
- FORFAIT ANNUEL 1h30/semaine : 490 €
- FORFAIT ANNUEL 2 x 1h30/semaine : 590 €
- + ADHÉSION (assurance comprise) : 40 €

Contact Jean Gayot : edd.zhiroujia@yahoo.com

YOGA VINYASA avec Julia Truffaut et Tiffany Knafo

› **Mardi 19h - 20h30 (salle Bleue)**

› **Jeudi 19h - 20h30 (Salle Jaune)**

- COURS D'ESSAI : 10 € ■ COURS À L'UNITÉ 1h30 : 22 €
- CARTE 5 COURS 1h30 : 100 € ■ CARTE 10 COURS 1h30 : 180 €
- FORFAIT ANNUEL 1h30/semaine Mardi (38 cours) : 590 €
- FORFAIT ANNUEL 1h30/semaine Jeudi (37 cours) : 560 €

Contact mardi Julia Truffaut : julia.truffaut.yoga@gmail.com

Contact jeudi Tiffany Knafo : tiffanyknafo@gmail.com

YANG SHENG QI GONG avec Caroline SIMONNOT

› **Mardi 18h - 19h (salle Jaune)**

- COURS D'ESSAI : 12€
- FORFAIT TRIMESTRIEL : 140€
- FORFAIT ANNUEL : 390€

Tarif réduit -20% pour étudiants ou chômeurs (sur justificatif)

Contact Caroline Simonnot : carosim68@gmail.com

YOGA INTÉGRAL avec Anouk RIBAS

› **Mercredi 19h30 - 22h (salle Jaune)**

- COURS D'ESSAI : 10 €
- COURS À L'UNITÉ : 20 €
- CARTE de 10 COURS : 150 €
- CARTE ANNUELLE : 384 €

Contact Anouk Ribas : anouk.ribas@yahoo.fr

COURS de THÉÂTRE Valognes

› **Mercredi 19h30 - 22h (salle Bleue)**

› **Jeudi 20h - 22h30 (salle Bleue)**

- FORFAIT MENSUEL : 94 €

Contact : coursvalognes@hotmail.fr - 06 20 16 08 47

QI GONG - TAO YIN avec Bertille LUGOY

› **Jeudi 11h - 12h30 (salle Jaune)**

- COURS D'ESSAI : 17 € ■ COURS À L'UNITÉ 1h30 : 22 €
- FORFAIT ANNUEL 1h30/semaine : 415 €
- CARTE 10 COURS 1h30 : 210 € ■ CARTE 20 COURS 1h30 : 370 €

Contact Bertille Lugoy : bertillelugoy75@gmail.com - Tél. : 06 82 36 14 07

MÉTHODE FELDENKREIS avec Isabelle Audinot

› **Jeudi 19h - 20h (salle Bleue)**

- COURS D'ESSAI : 3 cours pour le prix de 2 remboursés en cas d'inscription.
- COURS À L'UNITÉ : 20 €
- FORFAIT ANNUEL : 396 € - possibilité de régler en 3 chèques.

Contact Isabelle Audinot : isabel.audinot@orange.fr

SOPHROLOGIE avec Carol Anne Heiwy

› **Vendredi 18h - 19h (salle Bleue)**

- COURS À L'UNITÉ : 20 €
- CARTE 10 COURS : 180 €
- FORFAIT ANNUEL 1h/semaine (34 cours) : 390 € - possibilité de régler en 3 fois.

Contact Carol Anne Heiwy : cheiwaysophrologue@gmail.com

CENTRE TAO PARIS
144, bd de la Villette
75019 Paris
www.centre-tao-paris.com