

**SUBLI'CIMES / 5 au 18 avril 2017**  
**ZEN ALTITUDE / Sommet de l'Arpette**

**ATELIERS THEMATIQUES**  
(Durée par atelier : 1h environ, sauf qi gong)

<b>Mercredi 5</b>	<b>11h</b> QI GONG
	<b>12h</b> QI GONG
	<b>13h30</b> QI GONG
	<b>14H30</b> QI GONG
	<b>15H30</b> QI GONG
<b>Jeudi 6</b>	<b>11h</b> YOGA
	<b>13h</b> DO IN
	<b>15h</b> YOGA
<b>Vendredi 7</b>	<b>11h</b> TAI CHI
	<b>13h</b> TAI CHI
	<b>15h</b> TAI CHI
<b>Samedi 8</b>	<b>INTERRUPTION</b> sur tous les sommets
<b>Dimanche 9</b>	<b>11h</b> YOGA
	<b>13h</b> SOPHROLOGIE
	<b>15h</b> YOGA
<b>Lundi 10</b>	<b>11h</b> DO IN
	<b>13h</b> SOPHROLOGIE
	<b>15h</b> SOPHROLOGIE
<b>Mardi 11</b>	<b>11h</b> TAI CHI
	<b>13h</b> TAI CHI
	<b>15h</b> TAI CHI
<b>Mercredi 12</b>	<b>11h</b> QI GONG
	<b>12h</b> QI GONG
	<b>13h30</b> QI GONG
	<b>14H30</b> QI GONG
	<b>15H30</b> QI GONG
<b>Jeudi 13</b>	<b>11h</b> YOGA
	<b>13h</b> SOPHROLOGIE
	<b>15h</b> YOGA
<b>Vendredi 14</b>	<b>11h</b> DO IN
	<b>13h</b> SOPHROLOGIE
	<b>15h</b> SOPHROLOGIE
<b>Samedi 15</b>	<b>INTERRUPTION</b> sur tous les sommets
<b>Dimanche 16</b>	<b>11h</b> YOGA
	<b>13h</b>
	<b>15h</b> YOGA
<b>Lundi 17</b>	<b>11h</b> MEDITATION ACTIVE
	<b>13h</b> MEDITATION ACTIVE
	<b>15h</b> MEDITATION ACTIVE
<b>Mardi 18</b>	<b>11h</b>
	<b>13h</b>
	<b>15h</b>