

TANGO & YOGA
Du 13 au 15 Mai 2022

	MATIN		APRÈS-MIDI	SOIRÉE			
Vendredi 26	Arrivée des participants			18h - 19h Initiation au yoga Ouvrte à tous***	19h30 Diner Concert à La Maison d'Icelle	21h Initiation au tango Ouvrte à tous***	22h Pratique Tango Ouvrte à tous
Samedi 27	10h30 - 11h30 Yoga <i>Ancrage, posture et équilibre</i>	11h45 - 12h45 Tango Technique* <i>Axe et équilibre</i>	Temps libre Repas autonome	16h - 17h30 Tango** <i>L'équilibre en mouvement</i>	17h45 - 19h15 Tango** <i>Technique des mouvements circulaires</i>	19h30 Repas à la Maison d'Icelle	21h Milonga avec DJ et démo Ouvrte à tous
Dimanche 28	11h30 - 12h30 Yoga <i>Exploration des espaces intérieurs et extérieurs</i>	13h Brunch À la maison d'Icelle	15h30 - 17h30 Tango Technique* <i>Placement du haut du corps et Abrazo</i>	18h - 19h Yoga Souplesse, détente et confort	19h30 Repas à la Maison d'Icelle	21h Pratique Tango Ouvrte à tous	
Lundi 29	11h - 12h Yoga Yoga dynamisant	12h30 Brunch À la maison d'Icelle	14h - 15h30 Tango Technique* <i>Les bases techniques de l'improvisation</i>				

* Cours de technique individuelle donnés par Sylvia Gerbi

** Cours de tango donnés par Sylvia Gerbi & Dario Da Silva

*** Participation au chapeau

