

NOUVEAU

Goûter-Yoga avec Géraldine, pour les enfants de 6 à 12 ans.
les **mardis** de 16 à 17h15 – 15 chf
Inscriptions (au plus tard la veille) au 079 7180856 ou par mail à
info@shala-valais.com
les 3 et 17 septembre, 15 et 22 octobre, 5,12,19 et 26 novembre
ainsi que les 3 et 17 décembre

NOUVEAU

Yoga les **mardis** soirs avec Anouchka
du 8 octobre au 17 décembre (sauf 29 octobre)
à 18h15 Yoga restaurateur
à 20h00 Yoga énergie
les cours durent 1h15 – inscriptions au 078 8533979 ou
par mail anouchkaduchenne@protonmail.com

- **Café littéraire** les **dimanches** de 17 à 19h
les 8 septembre, 13 octobre, 10 novembre et 15 décembre
- **Atelier Magamata** les **mercredis** 28 août, 11 et 25 septembre et le 9
octobre de 14 à 15h30. Inscription et renseignements au 078 6231886
ou par mail à sayurigriching@bluewin.ch
- **Pilates** les **dimanches** soirs à 18h00 à partir du 22 septembre
avec Tania Witschard – Inscription et infos au 078 6456439
- **Le groupe Théâtre** de Carla Nessi se retrouve de 19h à 21h30
les **mercredis** 28 août, 11 et 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 et 27
novembre et 11 décembre. Séances supplémentaires le jeudi 12 septembre
et le samedi 21 décembre de 10 à 17h. Informations au 079 5733118
- **Kototama** avec Liliane Burnand de 9h30 à 12h30
les **samedis** 14 septembre, 12 octobre, 9 novembre et 7 décembre
Inscriptions au 079 5353196 ou à chantdevie@bluewin.ch
- **Espace d'écoute, de parole et de lien** avec Mathieu Badoux
RV à 19h30 les **jeudis** 15/08, 19/09, 17/10, 21/11 et 19/12
Renseignements au 078 7707669
- **Les mercredis après-midi de Stéphanie**, en plein air, de 8 à 88 ans
– 4+18 septembre : traces et indices de la faune
– 2+16 octobre : bêtes à cornes sauvages
– 6+20 novembre : carte et itinéraire
– 11 décembre : animaux en hiver
– prix 25.-/ pers – réservation obligatoire tel : 079 7318834
- **L'atelier couture** avec Claire L'Huillier reprendra à la rentrée. Dates et
détails à suivre. Informations au 076 4112356



Pour ne pas gêner la circulation merci de laisser
votre voiture sur la place du Marais, à deux pas de
la salle culturelle !