










Retrouvez les adresses des lieux
de pratique en fin de document

jour	activité	horaire	public	niveau	lieu
lundi	Hatha Yoga Relaxation	10:00 - 11:30	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	DOJO MARSSAC
mardi	Pilates	18:15 - 19:15	Adultes Séniors Familles Adolescents	Débutant Confirmé Expert	SALLE TEMPS DANSE
mercredi	Qi Gong/Yoga	10:30 - 12:00	Adultes Familles Séniors Adolescents Femmes enceintes	Débutant Confirmé	SCENE SALLE POLYVALENTE
	Tai-chi	15:00 - 16:30	Adultes Séniors Adolescents	Débutant Confirmé Expert	SCENE SALLE POLYVALENTE
	Qi Gong	18:30 - 20:00	Adultes Séniors	Débutant Confirmé Expert	SALLE ASTROLABE








jeudi






Yoga  17:30 - 19:00  Adultes
Séniors  Débutant
Confirmé  SALLE AMBIANCE
SCANDALE 

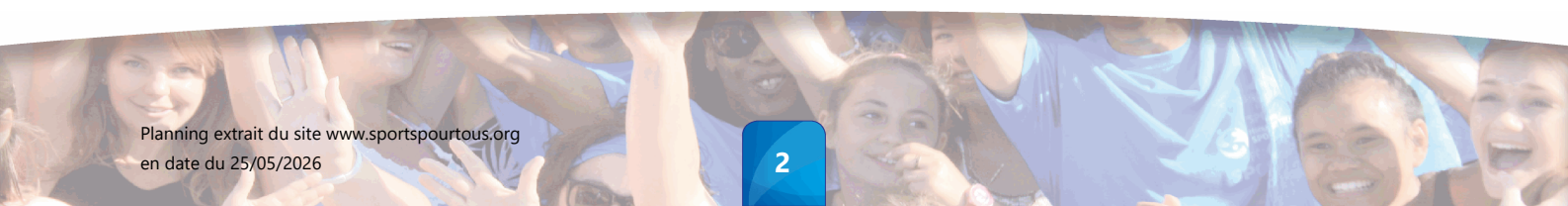
Yoga  19:30 - 21:00  Adultes
Séniors
Adolescents  Débutant
Confirmé  SALLE AMBIANCE
SCANDALE

vendredi

Hatha Yoga Relaxation  10:00 - 11:30  Adultes
Séniors
Adolescents  Débutant
Confirmé
Expert  DOJO MARSSAC 

samedi

**Postural Ball Gymnastique
hypopressive**  11:00 - 12:15  Adultes
Séniors
Adolescents  Débutant
Confirmé
Expert  DOJO MARSSAC 





Lieux & contacts



Siège

AUTAN POUR SOI
RUE TONIMARIE
MAIRIE
81150 MARSSAC SUR TARN
autanpoursoi@laposte.net



Lieux de pratique

DOJO MARSSAC
RUE TONIMARIE
81150 MARSSAC SUR TARN

SALLE ANCIENNE ECOLE
81150 MARSSAC SUR TARN

**SALLE MUNICIPALE EXTENSION
MARSSAC**
RUE DE LA MAIRIE
81150 MARSSAC SUR TARN

SCENE SALLE POLYVALENTE
RUE DE LA MAIRIE
81150 MARSSAC

SALLE AMBIANCE SCANDALE
ROND POINT DE LAMARTINE
81150 MARSSAC

SALLE ASTROLABE
MARSSAC
81 MARSSAC

SALLE TEMPS DANSE
ZA BROUILLAC
81150 TERSSAC

