

# LE CHAT QUI BOUGE - ATELIERS MÉTHODE FELDENKRAIS™

## SAISON 2025 - 2026

La Méthode Feldenkrais est une MÉTHODE D'ÉDUCATION SOMATIQUE. Comme toute méthode d'éducation, il est NÉCESSAIRE DE PRATIQUER LE PLUS POSSIBLE pour voir émerger les bénéfices. Je vous propose donc des abonnements annuels avec des options qui vous offrent un potentiel croissant de pratique.

<b>LES MARDIS</b>	à Pornic, Boulevard Thiers (max. 4 personnes) 23 SEPTEMBRE, 14 OCTOBRE, 4 NOVEMBRE, 9 DÉCEMBRE 13 JANVIER, 10 FÉVRIER, 10 MARS, 7 AVRIL, 12 MAI, 9 JUIN	MATIN	10h - 12h15 accueil 15 min avant
<b>LES JEUDIS</b>	à Saint Brévin l'Océan (max. 10 personnes) 25 SEPTEMBRE, 16 OCTOBRE, 13 NOVEMBRE, 11 DÉCEMBRE 8 JANVIER, 5 FÉVRIER, 5 MARS, 2 AVRIL, 7 MAI, 4 JUIN	APRÈS-MIDI	14h30 - 16h45 accueil 15 min avant
<b>LES VENDREDIS</b>	à Pornic, Boulevard Thiers (max. 4 personnes) 19 SEPTEMBRE, 10 OCTOBRE, 7 NOVEMBRE, 5 DÉCEMBRE 16 JANVIER, 13 FÉVRIER, 13 MARS, 10 AVRIL, 8 MAI, 12 JUIN	MATIN	10h - 12h15 accueil 15 min avant
<b>LES SAMEDIS</b>	à Pornic, Boulevard Thiers (max. 4 personnes) 27 SEPTEMBRE, 11 OCTOBRE, 8 NOVEMBRE, 6 DÉCEMBRE 17 JANVIER, 7 FÉVRIER, 14 MARS, 4 AVRIL, 9 MAI, 6 JUIN	MATIN	10h - 12h15 accueil 15 min avant

### 10 ATELIERS, LE JOUR CONVENU À L'INSCRIPTION

### TARIF

PAIEMENT POSSIBLE  
EN 3 FOIS

ABONNEMENTS	<b>SIMPLICITÉ</b>	Vous venez le même jour, pour toute l'année, à la date prévue dans le planning. Vous refaites au moins une fois chez vous avant le prochain atelier grâce aux audios. En cas d'absence, vous pouvez passer au tarif flexibilité en cours d'année (+45€).	<b>285 €</b>	95 €
	<b>FLEXIBILITÉ</b>	Votre place est réservée le même jour pour toute l'année. Vous refaites au moins une fois chez vous avant le prochain atelier grâce aux audios. En cas d'absence, vous avez le choix entre changer de jour sur le mois* ou bénéficier d'une séance individuelle (1 fois pour 2 absences).	<b>330 €</b>	110 €
	<b>POTENTIALITÉ</b>	Vous venez sur votre jour, vous pouvez aussi venir les autres jours*. Vous bénéficiez d'une séance individuelle dans l'année. Vous avez accès aux audios de tous les ateliers au fur et à mesure de leur disponibilité dans l'année, pour pratiquer chez vous autant que vous le souhaitez.	<b>450 €</b>	150 €

\*selon les places disponibles.

Si vous rencontrez un problème majeur de budget, parlons-en pour ajuster temporairement le tarif à vos possibilités.

SEPTEMBRE		
LUN	1	36
MAR	2	mmmmmm
MER	3	
JEU	4	
VEN	5	
SAM	6	
D	7	
LUN	8	37
MAR	9	
MER	10	
JEU	11	
VEN	12	
SAM	13	
D	14	
LUN	15	38
MAR	16	
MER	17	
JEU	18	
VEN	19	
SAM	20	
D	21	
LUN	22	39
MAR	23	
MER	24	
JEU	25	
VEN	26	
SAM	27	
D	28	
LUN	29	40
MAR	30	

OCTOBRE		
MER	1	
JEU	2	mmmmmm
VEN	3	
SAM	4	
D	5	
LUN	6	41
MAR	7	
MER	8	
JEU	9	
VEN	10	
SAM	11	
D	12	
LUN	13	42
MAR	14	
MER	15	
JEU	16	
VEN	17	
SAM	18	
D	19	
LUN	20	43
MAR	21	
MER	22	
JEU	23	
VEN	24	
SAM	25	
D	26	
LUN	27	44
MAR	28	
MER	29	
JEU	30	
VEN	31	

NOVEMBRE		
SAM	1	
D	2	
LUN	3	45
MAR	4	
MER	5	mmmmmm
JEU	6	
VEN	7	
SAM	8	
D	9	
LUN	10	46
MAR	11	
MER	12	
JEU	13	
VEN	14	
SAM	15	
D	16	
LUN	17	47
MAR	18	
MER	19	
JEU	20	
VEN	21	
SAM	22	
D	23	
LUN	24	48
MAR	25	
MER	26	
JEU	27	
VEN	28	
SAM	29	
D	30	

DÉCEMBRE		
LUN	1	49
MAR	2	
MER	3	
JEU	4	
VEN	5	
SAM	6	
D	7	
LUN	8	50
MAR	9	
MER	10	
JEU	11	
VEN	12	mmmmmm
SAM	13	
D	14	
LUN	15	51
MAR	16	
MER	17	
JEU	18	
VEN	19	
SAM	20	
D	21	
LUN	22	52
MAR	23	
MER	24	
JEU	25	
VEN	26	
SAM	27	
D	28	
LUN	29	01
MAR	30	
MER	31	

JANVIER		
JEU	1	
VEN	2	
SAM	3	
D	4	
LUN	5	02
MAR	6	mmmmmm
MER	7	
JEU	8	
VEN	9	
SAM	10	
D	11	
LUN	12	03
MAR	13	
MER	14	
JEU	15	
VEN	16	
SAM	17	
D	18	
LUN	19	04
MAR	20	
MER	21	
JEU	22	
VEN	23	
SAM	24	
D	25	
LUN	26	05
MAR	27	
MER	28	
JEU	29	
VEN	30	
SAM	31	

FÉVRIER		
D	1	
LUN	2	06
MAR	3	
MER	4	
JEU	5	
VEN	6	
SAM	7	
D	8	
LUN	9	07
MAR	10	
MER	11	
JEU	12	
VEN	13	
SAM	14	
D	15	
LUN	16	08
MAR	17	
MER	18	
JEU	19	
VEN	20	
SAM	21	
D	22	
LUN	23	09
MAR	24	
MER	25	
JEU	26	
VEN	27	
SAM	28	
D	29	
LUN	30	14
MAR	31	

MARS		
D	1	
LUN	2	10
MAR	3	
MER	4	
JEU	5	
VEN	6	
SAM	7	
D	8	
LUN	9	11
MAR	10	
MER	11	
JEU	12	
VEN	13	
SAM	14	
D	15	
LUN	16	12
MAR	17	
MER	18	
JEU	19	
VEN	20	
SAM	21	
D	22	
LUN	23	13
MAR	24	
MER	25	
JEU	26	
VEN	27	
SAM	28	
D	29	
LUN	30	14
MAR	31	

AVRIL		
MER	1	
JEU	2	
VEN	3	
SAM	4	
D	5	
LUN	6	15
MAR	7	
MER	8	
JEU	9	
VEN	10	
SAM	11	
D	12	
LUN	13	16
MAR	14	
MER	15	
JEU	16	
VEN	17	
SAM	18	
D	19	
LUN	20	17
MAR	21	
MER	22	
JEU	23	
VEN	24	
SAM	25	
D	26	
LUN	27	18
MAR	28	
MER	29	
JEU	30	

MAI		
VEN	1	
SAM	2	
D	3	
LUN	4	19
MAR	5	
MER	6	
JEU	7	
VEN	8	
SAM	9	
D	10	
LUN	11	20
MAR	12	
MER	13	
JEU	14	
VEN	15	
SAM	16	
D	17	
LUN	18	21
MAR	19	
MER	20	
JEU	21	
VEN	22	
SAM	23	
D	24	
LUN	25	22
MAR	26	
MER	27	
JEU	28	
VEN	29	
SAM	30	
D	31	

JUIN		
LUN	1	23
MAR	2	
MER	3	
JEU	4	
VEN	5	
SAM	6	
D	7	
LUN	8	24
MAR	9	
MER	10	
JEU	11	
VEN	12	
SAM	13	
D	14	
LUN	15	25
MAR	16	
MER	17	
JEU	18	
VEN	19	
SAM	20	
D	21	
LUN	22	26
MAR	23	
MER	24	
JEU	25	
VEN	26	
SAM	27	
D	28	
LUN	29	27
MAR	30	