

LA LUDO REVIENT À SAINT-JEAN !

Du 10 au 15 septembre : portes ouvertes (lundi 10 et jeudi 13 de 16h à 18h30) et Ludo-bus (mardi 11 et vendredi 14 de 16h à 18h30, mercredi 12 et samedi 15 de 14h à 18h30) | Dès le 18 septembre, nouveaux horaires : mardi et vendredi 9h30-11h30 pour les petits enfants. Mardi et jeudi 16h-18h30 tout public. Mercredi 14h30-18h30 tout public. Samedi 10h-12h accompagné d'un adulte | Ludothèque de Saint-Jean, 12 rue de St-Jean (dans l'école primaire), 022 344 07 00 - www.ludo-stjean.ch

MAISON DE QUARTIER MOBILE

A la Concorde jusqu'au 15 septembre : les mercredis de 15h à 18h pour les enfants : goûter offert, jeux, etc. | Les vendredis de 17h30 à 23h pour les jeunes | Les samedis de 16h à 23h tout public (grill à disposition) | Programme détaillé sur www.forum1203.ch et www.ahqc.ch

VOLLEY DÉTENTE

Venez jouer au volley-ball pour le plaisir, sans compétition, dans une atmosphère très amicale. Le groupe « Volley détente » de la Maison de quartier de Saint-Jean se réunit chaque lundi soir, de 20h15 à 22h, dans la salle de gymnastique n°2 du Cycle d'Oriental de Cayla (ch. William-Lescaze 8). Il est ouvert à tous : hommes ou femmes, jeunes ou moins jeunes, débutants ou expérimentés, athlétiques ou... un peu rouillés | Aucune inscription nécessaire : on peut y venir une fois, ou deux, ou chaque semaine, et l'activité est gratuite. Pour plus de renseignements : Alain Dubois, tél. 078 602 41 99.

MÉTHODE DE LIBÉRATION DES CUIRASSES

Module de 10 séances en groupe du 3 septembre au 12 novembre. Animé par Annik Saunier, danseuse et praticienne MLC© diplômée. Lieu : Studio 3 – av. des Tilleuls 3. Horaire : Les lundis de 9h45 à 11h à partir du 3 septembre | La Méthode de Libération des Cuirasses est une méthode de rééquilibrage psychocorporel créée par la canadienne Marie Lise Labonté. La pratique réside avant tout en une recherche d'harmonisation globale du corps et de la psyché par un travail en mouvement en lenteur et en douceur | Ouvert à toutes et tous (adultes). Prix : 270 frs | Possibilité de suivre préalablement une séance individuelle gratuite avant de s'engager pour la durée totale du module | Renseignements et inscriptions : www.anniksaunier.com - 079 744 67 14 - info@anniksaunier.com

COURS DE DANSE MODERNE CRÉATIVE

Pour les enfants de 3 à 8 ans, animés par Annik Saunier les lundis après-midi (excepté durant les vacances scolaires) à partir du 3 septembre 2012, au Studio 3, avenue des Tilleuls 3 | Renseignements et inscriptions : www.anniksaunier.com - 079 744 67 14 - info@anniksaunier.com

LE CORPS EN MOUVEMENT

Les vendredis de 12h15 à 13h15. Le but de ce cours est de s'assouplir – corps et esprit – et de développer la conscience du corps qui implique toute sa personne. Des exercices simples qui travaillent en profondeur et en douceur en lien avec la respiration ; certains à base de sons, de rythmes ou de musiques | Vous pouvez suivre de cours de manière irrégulière ou venir à un cours à l'essai offert | Forfait pour 10 cours 220 frs ou 25 frs le cours | Pas de cours pendant les vacances scolaires | Reprise des cours le vendredi 21 septembre | Renseignements : Monique Kozuchowski, 3 av. des Tilleuls. Tél. 079 375 28 83 – courriel : kozum@bluewin.ch

Envoyez vos infos quartier à info@forum1203.ch