

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI
	9h - 10h <b>PILATES</b> F. VITREY	8h <sup>45</sup> - 9h <sup>45</sup> <b>PILATES</b> F. VITREY		9h <sup>15</sup> - 11h <sup>30</sup> <b>YOGA ATELIER</b> I. GAGLIARDI	
10h <sup>15</sup> - 11h <sup>30</sup> <b>YOGA</b> P. FOUCHÈRE	10h <sup>15</sup> - 11h <sup>15</sup> <b>PILATES</b> F. VITREY	10h - 11h <b>COACHING</b> F. VITREY	9h <sup>30</sup> - 10h <sup>45</sup> <b>YOGA</b> I. GAGLIARDI		10h <sup>30</sup> - 11h <sup>30</sup> <b>QI GONG</b> P. MONGIATTI
	12h - 13h <b>COACHING</b> F. VITREY	11h <sup>15</sup> - 12h <sup>15</sup> <b>PILATES</b> F. VITREY	11h - 12h <b>YOGA GROSSESSE</b> I. GAGLIARDI		
			12h <sup>30</sup> - 13h <sup>30</sup> <b>MÉDITATION</b> I. GAGLIARDI	11h <sup>30</sup> - 16h <b>AYURVÉDA SUR RDV INDIVIDUEL</b> I. GAGLIARDI	
14h <sup>30</sup> - 15h <sup>30</sup> <b>QI GONG</b> P. MONGIATTI	14h - 15h <b>QI GONG</b> P. MONGIATTI	14h - 17h <b>AYURVÉDA SUR RDV INDIVIDUEL</b> I. GAGLIARDI			
			15h - 17h <sup>30</sup> <b>AYURVÉDA SUR RDV INDIVIDUEL</b> I. GAGLIARDI	16h <sup>45</sup> - 17h <sup>45</sup> <b>PILATES</b> F. VITREY	
17h <sup>30</sup> - 19h <b>YOGA</b> C. BETTINELLI	17h <sup>30</sup> - 19h <b>YOGA</b> C. BETTINELLI	17h <sup>30</sup> - 18h <sup>45</sup> <b>YOGA</b> I. GAGLIARDI	18h - 19h <sup>15</sup> <b>YOGA</b> I. GAGLIARDI	18h - 19h <b>PILATES</b> F. VITREY	
19h <sup>15</sup> - 20h <sup>45</sup> <b>YOGA</b> C. BETTINELLI	19h <sup>15</sup> - 20h <sup>45</sup> <b>YOGA</b> C. BETTINELLI	19h <sup>15</sup> - 20h <sup>30</sup> <b>RELAXATION</b> I. GAGLIARDI	19h <sup>45</sup> - 21h <sup>15</sup> <b>YOGA</b> I. GAGLIARDI	19h <sup>30</sup> - 20h <sup>30</sup> <b>QI GONG</b> P. MONGIATTI	
		1 sem/2 19h <sup>15</sup> - 21h <b>DANSE LIBRE</b> C. FAURE			

Credít photo : © arty-photos.com • Ne pas jeter sur la voie publique



Saison  
**20<sup>23</sup>  
24**

LA ROTONDE

**Alisa**

LA ROTONDE

**Alisa**

**93 bis** avenue de Royat  
63400 Chamalières

[www.rotondealisa.fr](http://www.rotondealisa.fr)

Les cours reprennent courant septembre !

La Rotonde Alisa est un espace dédié aux pratiques traditionnelles.

Sa forme de Mandala dégage une belle énergie propice au bien-être et au retour vers notre Centre. Les cours sont assurés par des professeurs diplômés.



Danse libre

• Accord de Soi •  
*Claire Faure*

06 98 49 23 13  
claire.faure@accord-de-soi.fr  
www.accord-de-soi.fr



Qi Gong

• Twins' Qi Gong •  
*Patricia Mongiatti*

06 72 41 28 72  
pmongiatti@gmail.com  
twinsqigong.com

RENSEIGNEMENTS, TARIFS ET INSCRIPTION AUPRÈS DE CHAQUE INTERVENANT



Yoga

• Sur la voie du Yoga •  
*Pascale Fouchère*

06 87 54 46 32  
pascalefouchere@gmail.com  
www.surlavoieduyoga.com



Coaching

• Frédérique Coaching •  
*Frédérique Vitrey*

06 16 74 98 02  
frederique.vitrey@gmail.com  
www.frederiquecoaching.fr



Relaxation

• Yogagliardi •  
*Isabelle Gagliardi*



Méditation

06 12 27 17 05  
isabelle@yogagliardi.fr  
www.yogagliardi.fr



Pilates



Ayurvéda



Yoga  
grossesse

• Graine de Yoga •  
*Céline Bettinelli*

07 83 12 94 68  
graine.yoga@gmail.com  
www.graine-de-yoga.fr

• Yogagliardi •  
*Isabelle Gagliardi*

06 12 27 17 05  
isabelle@yogagliardi.fr  
www.yogagliardi.fr



➤ Consultez le planning des cours (sujet à modification), permanents et occasionnels sur : [www.rotondealisa.fr](http://www.rotondealisa.fr)  
➤ Vous souhaitez organiser un stage, cours ou atelier occasionnels en semaine, le week-end ou pendant les vacances : [rotonde.alisa@gmail.com](mailto:rotonde.alisa@gmail.com)