



# Toum Porte Océane

Niort, Magné, Vaubalier & Châtelailon Plage

## Programme d'activités 2022 2023

Les samedis matin, de 09 h15 à 12 h 30

9H accueil

9H15 11H tous niveaux

11H15 12H30 avancants, performants

Date	Public	Thème	Lieu	Adresse
08/10/22	Tous niveaux	Art martial, art de vie	NIORT	Bat A Salle de danse Caserne Du Guesclin Niort
26/11/22	Tous niveaux	S'ancrer pour s'alléger	CHATELAILLON	Gymnase Malraux , passage Tourville
07/01/23	Tous niveaux	Art de la rencontre	CHATELAILLON	Gymnase Malraux, passage Tourville
04/02/23	Tous niveaux	La main et ses attributs	NIORT	Bat A Salle de danse Caserne Du Guesclin Niort
04/03/23	Tous niveaux	Attention et ouverture	CHATELAILLON	Gymnase Malraux, passage Tourville
01/04/23	Tous niveaux	La main, les armes : vitalité, maîtrise	NIORT	A définir ultérieurement
13/05/23	Tous niveaux	Intérieur/extérieur	CHATELAILLON	Gymnase Malraux, passage Tourville
<b>Autres rencontres</b>				
février		Nouvel an chinois		Dîner convivial
juin		Rencontre de tous les pratiquants		Dîner convivial

Avançants : à partir de la troisième année de pratique

## Les stages

Dates	Public	Professeur	Lieu	Adresse
27/11/22	9H 12H avancés et plus 14h 17h perfectionnement	Liliane	CHATELAILLON	Salle multi-activités, allée du Stade
01/04/23	14H 16H approfondissement 16H17H perfectionnement	Liliane	NIORT	Gymnase Ste Pezenne, rue du Coteau St Hubert
02/04/23	9H 12H armes	Liliane	NIORT	Gymnase Ste Pezenne, rue du Coteau St Hubert
juin	Tous	Liliane	?	?

Programme d'activités 2022-2023- Mise à jour : 17/11//2022

**Cochez sur vos agendas !**