

AGENDA 2020-21 - DATES DES SEANCES SOPHRO ET MEDITATION EN GROUPE

Alexandre Jacquelin - 06 37 82 57 21 - [www.passerelledevie.fr](http://www.passerelledevie.fr)

SEPTEMBRE			OCTOBRE			NOVEMBRE			DÉCEMBRE			JANVIER		
MAR	1		JEU	1		D	1		MAR	1	Sophro Présentiel 10 (19h15)	VEN	1	
MER	2	Decouverte Sophro' Live (18h45)	VEN	2	Méditation (19h)	LUN	2	45	MER	2	Sophro' Live 11 (18h45)	SAM	2	
JEU	3		SAM	3		MAR	3	Sophro Présentiel 6 (19h15)	JEU	3		D	3	
VEN	4		D	4	Sophro' Solidaire (10h)	MER	4	Sophro' Live 7 (18h45)	VEN	4	Méditation (19h)	LUN	4	01
SAM	5		LUN	5	41	JEU	5		SAM	5		MAR	5	Sophro Présentiel 13 (19h15)
D	6	Sophro' Solidaire (10h)	MAR	6	Sophro Présentiel 4 (19h15)	VEN	6	Méditation (19h)	D	6	Sophro' Solidaire (10h)	MER	6	Sophro' Live 14 (18h45)
LUN	7	37	MER	7	Sophro' Live 5 (18h45)	SAM	7		LUN	7	50	JEU	7	
MAR	8	Decouverte Sophro Présentiel	JEU	8		D	8	Sophro' Solidaire (10h)	MAR	8	Sophro Présentiel 11 (19h15)	VEN	8	Méditation (19h)
MER	9	Sophro' Live 1 (18h45)	VEN	9	Méditation (19h)	LUN	9	46	MER	9	Sophro' Live 12 (18h45)	SAM	9	
JEU	10		SAM	10		MAR	10	Sophro Présentiel 7 (19h15)	JEU	10		D	10	Sophro' Solidaire (10h)
VEN	11	Decouverte méditation	D	11		MER	11	Sophro' Live 8 (18h45)	VEN	11	Méditation (19h)	LUN	11	02
SAM	12		LUN	12	42	JEU	12		SAM	12		MAR	12	Sophro Présentiel 14 (19h15)
D	13		MAR	13	Sophro Présentiel 5 (19h15)	VEN	13	Méditation (19h)	D	13		MER	13	Sophro' Live 15 (18h45)
LUN	14	38	MER	14	Sophro' Live 6 (18h45)	SAM	14		LUN	14	51	JEU	14	
MAR	15	Sophro Présentiel 1 (19h15)	JEU	15		D	15		MAR	15	Sophro Présentiel 12 (19h15)	VEN	15	Méditation (19h)
MER	16	Sophro' Live 2 (18h45)	VEN	16	Méditation (19h)	LUN	16	47	MER	16	Sophro' Live 13 (18h45)	SAM	16	
JEU	17		SAM	17		MAR	17	Sophro Présentiel 8 (19h15)	JEU	17		D	17	
VEN	18	Méditation (19h)	D	18	Sophro' Solidaire (10h)	MER	18	Sophro' Live 9 (18h45)	VEN	18	Méditation (19h)	LUN	18	03
SAM	19		LUN	19	43	JEU	19		SAM	19		MAR	19	Sophro Présentiel 15 (19h15)
D	20	Sophro' Solidaire (10h)	MAR	20		VEN	20	Méditation (19h)	D	20	Sophro' Solidaire (10h)	MER	20	Sophro' Live 16 (18h45)
LUN	21	39	MER	21		SAM	21		LUN	21	52	JEU	21	
MAR	22	Sophro Présentiel 2 (19h15)	JEU	22		D	22	Sophro' Solidaire (10h)	MAR	22		VEN	22	Méditation (19h)
MER	23	Sophro' Live 3 (18h45)	VEN	23		LUN	23	48	MER	23		SAM	23	
JEU	24		SAM	24		MAR	24	Sophro Présentiel 9 (19h15)	JEU	24		D	24	Sophro' Solidaire (10h)
VEN	25	Méditation (19h)	D	25		MER	25	Sophro' Live 10 (18h45)	VEN	25		LUN	25	04
SAM	26		LUN	26	44	JEU	26		SAM	26		MAR	26	Sophro Présentiel 16 (19h15)
D	27		MAR	27		VEN	27	Méditation (19h)	D	27		MER	27	Sophro' Live 17 (18h45)
LUN	28	40	MER	28		SAM	28		LUN	28	53	JEU	28	
MAR	29	Sophro Présentiel 3 (19h15)	JEU	29		D	29		MAR	29		VEN	29	Méditation (19h)
MER	30	Sophro' Live 4 (18h45)	VEN	30		LUN	30	49	MER	30		SAM	30	
			SAM	31					JEU	31		D	31	

FÉVRIER			MARS			AVRIL			MAI			JUIN		
LUN	1	05	LUN	1	09	JEU	1		SAM	1		MAR	1	Sophro Présentiel 30 (19h15)
MAR	2	Sophro Présentiel 17 (19h15)	MAR	2	Sophro Présentiel 19 (19h15)	VEN	2	Méditation (19h)	D	2	Sophro' Solidaire (10h)	MER	2	Sophro' Live 31 (18h45)
MER	3	Sophro' Live 18 (18h45)	MER	3	Sophro' Live 20 (18h45)	SAM	3		LUN	3	18	JEU	3	
JEU	4		JEU	4		D	4	Sophro' Solidaire (10h)	MAR	4	Sophro Présentiel 26 (19h15)	VEN	4	Méditation (19h)
VEN	5	Méditation (19h)	VEN	5	Méditation (19h)	LUN	5	14	MER	5	Sophro' Live 27 (18h45)	SAM	5	
SAM	6		SAM	6		MAR	6	Sophro Présentiel 24 (19h15)	JEU	6		D	6	Sophro' Solidaire (10h)
D	7	Sophro' Solidaire (10h)	D	7	Sophro' Solidaire (10h)	MER	7	Sophro' Live 25 (18h45)	VEN	7	Méditation (19h)	LUN	7	23
LUN	8	06	LUN	8	10	JEU	8		SAM	8		MAR	8	Sophro Présentiel 31 (19h15)
MAR	9		MAR	9	Sophro Présentiel 20 (19h15)	VEN	9	Méditation (19h)	D	9		MER	9	Sophro' Live 32 (18h45)
MER	10		MER	10	Sophro' Live 21 (18h45)	SAM	10		LUN	10	19	JEU	10	
JEU	11		JEU	11		D	11		MAR	11	Sophro Présentiel 27 (19h15)	VEN	11	Méditation (19h)
VEN	12		VEN	12	Méditation (19h)	LUN	12	15	MER	12	Sophro' Live 28 (18h45)	SAM	12	
SAM	13		SAM	13		MAR	13		JEU	13		D	13	
D	14		D	14		MER	14		VEN	14	Méditation (19h)	LUN	14	24
LUN	15	07	LUN	15	11	JEU	15		SAM	15		MAR	15	Sophro Présentiel 32 (19h15)
MAR	16		MAR	16	Sophro Présentiel 21 (19h15)	VEN	16		D	16		MER	16	Sophro' Live 33 (18h45)
MER	17		MER	17	Sophro' Live 22 (18h45)	SAM	17		LUN	17	20	JEU	17	
JEU	18		JEU	18		D	18	Sophro' Solidaire (10h)	MAR	18	Sophro Présentiel 28 (19h15)	VEN	18	Méditation (19h)
VEN	19		VEN	19	Méditation (19h)	LUN	19	16	MER	19	Sophro' Live 29 (18h45)	SAM	19	
SAM	20		SAM	20		MAR	20		JEU	20		D	20	Sophro' Solidaire (10h)
D	21	Sophro' Solidaire (10h)	D	21	Sophro' Solidaire (10h)	MER	21		VEN	21	Méditation (19h)	LUN	21	25
LUN	22	08	LUN	22	12	JEU	22		SAM	22		MAR	22	Sophro Présentiel 33 (19h15)
MAR	23	Sophro Présentiel 18 (19h15)	MAR	23	Sophro Présentiel 22 (19h15)	VEN	23		D	23	Sophro' Solidaire (10h)	MER	23	Sophro' Live 34 (18h45)
MER	24	Sophro' Live 19 (18h45)	MER	24	Sophro' Live 23 (18h45)	SAM	24		LUN	24	21	JEU	24	
JEU	25		JEU	25		D	25		MAR	25	Sophro Présentiel 29 (19h15)	VEN	25	Méditation (19h)
VEN	26	Méditation (19h)	VEN	26	Méditation (19h)	LUN	26	17	MER	26	Sophro' Live 30 (18h45)	SAM	26	
SAM	27		SAM	27		MAR	27	Sophro Présentiel 25 (19h15)	JEU	27		D	27	
D	28		D	28		MER	28	Sophro' Live 26 (18h45)	VEN	28	Méditation (19h)	LUN	28	26
			LUN	29	13	JEU	29		SAM	29		MAR	29	Sophro Présentiel 34 (19h15)
			MAR	30	Sophro Présentiel 23 (19h15)	VEN	30	Méditation (19h)	D	30		MER	30	Sophro' Live 35 (18h45)
			MER	31	Sophro' Live 24 (18h45)				LUN	31	22			

Les dates des Sophro' Solidaire sont susceptibles d'être ajustées en cours d'année.