

JOUR	DATE	CLUB/ASSO	Pratiques 1	horaires 1	Pratiques 2	horaires 2	Pratiques 3	horaires 3	Ouverture au public	gratuit/payant	Lieu rendez-vous	infos complémentaires
J	21-mars-2024	Kinomichi 4All	Aikido	20h - 22h					Portes ouvertes	gratuit	Dojotonic - 28 bd Matabiau - Toulouse	
V	22-mars-2024	Ninshai dojo	Karate contact/kickboxing	18h30 - 20h					Portes ouvertes	gratuit	ninshai dojo - 24 avenue des Etats Unis - 31200 Tlse	
		Reiki - Julie Mauzé	Reiki	De 9h à 18h					séance découverte individuelle 30mn - sur réservation au 07 81 93 94 71 ou juliemaube.reiki@gmail.com	payant - 15 euros (pas de CB)	5 place Roger Arnaud - Toulouse	apporter une grande serviette pour la table de soin
S	23-mars-2024	Ninshai dojo	Karaté shorin Ryu d'Okinawa - 6 à 9 ans	14h-15h	Karaté shorin Ryu d'okinawa - 9 - 12 ans	15h-16h	Karaté shorin Ryu 'Okinawa - ados adultes	16h-17h	portes ouvertes	gratuit	ninshai dojo - 24 avenue des Etats Unis - 31200 Tlse	
		Ur Goalia	Journée "samedi du shiatsu et du Do-In"	Shiatsu 09h-11h et 12h30-13h30 et 15h-17h (séance individuelle de 30-40 min)					sur inscription au 06 83 11 68 54	gratuit	65 avenue des Minimes - 31200 Toulouse	séance individuelle shiatsu 30 mn / cours collectif de Do-In 1h
D	24-mars-2024	Tao concept	Tai Chi Chuan	11h - 12h15					séance publique	gratuit	jardin des plantes Toulouse (mare aux canards)	
L	25-mars-2024	Thieu Lâm	Qi Gong vietnamien - adultes seniors	11h - 12h	Viet Vo Dao - 5 à 9 ans	17h - 18h			initiation	gratuit	Thieu Lâm - section Blagnac - 3 rue Georges Gay - Blagnac	tenue souple et bouteille d'eau
		Reiki - Julie Mauzé	Reiki	De 9h à 18h					séance découverte individuelle 30mn - sur réservation au 07 81 93 94 71 ou juliemaube.reiki@gmail.com	payant - 15 euros (pas de CB)	5 place Roger Arnaud - Toulouse	apporter une grande serviette pour la table de soin
M	26-mars-2024	Kalaripayat	Kalaripayat	19h - 20h30					initiation (réservation conseillée au 06 33 66 95 29)	gratuit	MJC Empalot - La brique rouge, 9 Rue Maria Mombiola, 31400 Toulouse	
		Thieu Lâm	Eventail - adultes seniors	19h30 - 20h30	Arts martiaux vietnamiens - jeunes et adultes	20h30 - 21h30			portes ouvertes	gratuit	Thieu Lâm - École les Perséides - Bd Persée - Blagnac	tenue souple et bouteille d'eau
ME	27-mars-2024	Thieu Lâm	Boxe vietnamienne - famille à partir 9 ans	16h30 - 17h30	boxe vietnamienne - jeunes et adultes	18h15 - 19h15			portes ouvertes	gratuit	Thieu Lâm - section Blagnac - 3 rue Georges Gay - Blagnac	tenue souple et bouteille d'eau
J	28-mars-2024	Kinomichi 4All	Aikido	20h - 22h					portes ouvertes	gratuit	Dojotonic - 28 bd Matabiau - Toulouse	
		Kalaripayat	Kalaripayat	19h - 20h30					initiation (réservation conseillée au 06 33 66 95 29)	gratuit	salle CLAE École Molière - 32 rue Sainte Lucie - Toulouse	
		Thieu Lâm	Tai Chi vietnamien - adultes et seniors	12H15 - 13h15					portes ouvertes	gratuit	Thieu Lâm - section Blagnac - 3 rue Georges Gay - Blagnac	tenue souple et bouteille d'eau
V	29-mars-2024	Thieu Lâm	Viet Vo Dao - tout public Attention Lieu = Ecole Les perséides	19h15 - 21h15	Dao Yoga - jeunes et adultes	20h15 - 21h15			portes ouvertes	gratuit	Thieu Lâm - École les Perséides - Bd Persée - Blagnac	tenue souple et bouteille d'eau
		Reiki - Julie Mauzé	Reiki	De 9h à 18h					séance découverte individuelle 30mn - sur réservation au 07 81 93 94 71 ou juliemaube.reiki@gmail.com	payant - 15 euros (pas de CB)	5 place Roger Arnaud - Toulouse	apporter une grande serviette pour la table de soin
S	30-mars-2024	Kwoon Tao	Qi Gong par l'association Neijing	16h - 16h45	Wing Chun par l'association Wing chun dao	17h - 18h			portes ouvertes	gratuit	Chapelle St Michel - 18 grande rue St Michel - Toulouse	
		5 animaux Toulouse	Rollball	14h - 16h	rollball				sur réservation au 06 20 94 78 93 ou 5animaux@neuf.fr	5 euros pour le prêt de matériel	Maison de quartier Jean Chaubet, 7 place Pinel, 31500 Toulouse	
		Tai Chi Toulouse	1h de Qi Gong, puis 1h de Tai Chi Chuan	10h - 12h					séance publique	gratuit	jardin des plantes Toulouse	
D	31-mars-2024	Tao concept	Tai chi + Qi Gong	11h - 12h15					séance publique	gratuit	jardin des plantes Toulouse (mare aux canards)	
L	1-avr.-2024	Ninshai dojo	Jiu jitsu brésilien	19h30 - 21h					portes ouvertes	gratuit	ninshai dojo - 24 avenue des Etats Unis - 31200 Tlse	
		Reiki - Julie Mauzé	Reiki	De 9h à 18h					séance découverte individuelle - sur réservation au 07 81 93 94 71 ou juliemaube.reiki@gmail.com	payant - 15 euros (pas de CB)	5 place Roger Arnaud - Toulouse	apporter une grande serviette pour la table de soin
M	2-avr.-2024	Ninshai dojo	Karate contact/kickboxing	18h30 - 20h	Jiu Jitsu brésilien	20h-21h			portes ouvertes	gratuit	ninshai dojo - 24 avenue des Etats Unis - 31200 Tlse	