ROSA MOUV - Mars 2024

ROSA MOUV

Rosa Mouv est une association de soins de support dédiés aux personnes touchées par le cancer.

Cours en présentiel, en extérieur ou par Zoom, accessibles à toutes et tous !
Bilan individuel et évaluation des capacités physiques au préalable.

rosamouv@gmail.com
ROSAMOUV.COM
ROSAMOUV

	LES LUNDIS	LES MARDIS	LES MERCREDIS	LES JEUDIS	LES VENDREDIS
10h				**Marche nordique** 9h30 - 11h30 Pierrette Bois de Vincennes **Mouvements dansés** 9h30 - 10h30 Amalia (1)	**Feldenkrais** zoom 10h - 11h Elise
11h		**Yoga** 10h15 - 11h15 Corina (2) (Sauf le 26/03) **Activité physique** 11h - 12h Nadir (3)		**Yoga** 11h15 - 12h15 Céline (4)	
12h	**Gym pilates adaptée** 12h - 13h Kamel (1)		**Activité physique** 12h - 13h Karine (1)		
13h					
14h		**Marche nordique** 13h30 - 15h30 Pierrette Parc de St Cloud			
15h					
16h					
17h					
18h		**Activité physique** zoom 18h - 19h Karine	**Gym pilates adaptée** zoom 18h30 - 19h30 Izabela	**Gym pilates adaptée** zoom 18h30 - 19h30 Izabela	
19h					

CONTACTS

Kamel : 06 09 32 69 41
Corina : 06 03 86 48 94
Nadir : 06 09 64 46 88
Pierrette : 06 65 12 53 14
Karine : 06 14 32 40 50
Izabela : 06 18 47 25 96
Céline : 06 20 54 93 96
Amalia : 06 87 21 29 26
Elise : 06 95 38 11 28

LIEUX DES COURS

(1) L'Avant-Seine 3 rue du Martin Pêcheur 92 190 Meudon (Tram T2, arrêt Meudon sur Seine)
(2) Actisce : Centre Paris Anim' Les Halles Le Marais - 6/8 place Carré, Forum des Halles 75001 Paris
(3) Hôpital St Joseph, salle de sport du personnel: 185, rue Raymond Losserand 75014 Paris
(4) 44 rue des Vinaigriers 75010 Paris / code : 52B38

Rosa Mouv est également présente à
Institut Curie Paris et Saint-Cloud
Hôpital Européen Georges Pompidou (Paris)
Institut Line Renaud, Hôpital Foch (Suresnes)
Institut Mutualiste Montsouris (Paris)

rosamouv@gmail.com