



# Les Activités

2025 - 2026



## Couture



Jours/horaires : **Un lundi sur 2 de 20h15 à 22h15**

Contact : **Gwennola Rosais / 02 99 07 31 98**

Tarif : **95 € l'année**

Lieu : **Petite salle multifonctions**

Cours ouvert pour tous les niveaux, chacun fait son projet avec l'aide d'une professionnelle.

## QI GONG

Jours/horaires : **JEUDI de 20h à 21h15**

Contact : **Régine Seigneur / 02 99 39 88 05**

Tarif : **170 € l'année**

Lieu : **Salle Goulvent**

Gymnastique énergétique chinoise qui permet de trouver une certaine détente et d'entretenir sa santé tout en renforçant la vitalité du corps.

## YOGA du RIRE

Jours/horaires : **Un samedi par mois de 10h30 à 12h30**

Contact : **Elodie Focé / 06 30 96 14 51**

Tarif : **10 € la séance**

Lieu : **Salle Goulvent**

Élodie, votre Elfe Fée Rire, vous propose un ensemble d'exercices de Rires, de défoulements émotionnels et de respiration abdominale empruntés au Yoga pour se reconnecter à sa joie de vivre.

Règlement  
en chèque vacances  
possible



Association Mélimélo  
Mairie d'Irodouër  
3 rue de la mairie  
35850 Irodouër

<http://melimeloasso35.wix.com/melimelo>



sur facebook

<https://www.facebook.com/melimeloasso/>

Contact :

Lucile GERARD au 06 60 88 98 52  
[melimeloasso@orange.fr](mailto:melimeloasso@orange.fr)