

## Planning 2026-2027 Poème

### Cours 12h30 le lundi chez Poème

|                    |                             |                     |                                                                              |
|--------------------|-----------------------------|---------------------|------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Trimestre 1</b> | <b>1er cycle</b>            | 7 septembre         | <b>Son de la lignée Bai Qigong Méditatif et postural, exercice en binôme</b> |
|                    |                             | 14 septembre        |                                                                              |
|                    |                             | 21 septembre        |                                                                              |
|                    |                             | 5 octobre           |                                                                              |
|                    |                             | 12 octobre          |                                                                              |
|                    |                             | 19 octobre          |                                                                              |
|                    | <b>2<sup>nd</sup> cycle</b> | 2 novembre          |                                                                              |
|                    |                             | 9 novembre          |                                                                              |
|                    |                             | 16 novembre         |                                                                              |
|                    |                             | 23 novembre         |                                                                              |
|                    |                             | 7 décembre          |                                                                              |
|                    |                             | 14 décembre         |                                                                              |
| <b>Trimestre 2</b> | <b>1er cycle</b>            | 11 janvier          |                                                                              |
|                    |                             | 18 janvier          |                                                                              |
|                    |                             | 25 janvier          |                                                                              |
|                    |                             | 1 Février           |                                                                              |
|                    |                             | 8 Février           |                                                                              |
|                    |                             | 15 Février          |                                                                              |
|                    | <b>2<sup>nd</sup> cycle</b> | 1 Mars              |                                                                              |
|                    |                             | 8 Mars              |                                                                              |
|                    |                             | 15 Mars             |                                                                              |
|                    |                             | 22 Mars             |                                                                              |
|                    |                             | 29 Mars             |                                                                              |
|                    |                             | 5 Avril             |                                                                              |
| <b>Trimestre 3</b> | <b>1er cycle</b>            | 12 Avril            |                                                                              |
|                    |                             | 19 Avril            |                                                                              |
|                    |                             | 26 Avril            |                                                                              |
|                    |                             | 3 Mai               |                                                                              |
|                    |                             | 10 Mai              |                                                                              |
|                    |                             | 24 Mai              |                                                                              |
|                    | <b>2<sup>nd</sup> cycle</b> | 31 Mai              |                                                                              |
|                    |                             | 7 Juin              |                                                                              |
|                    |                             | 14 Juin             |                                                                              |
|                    |                             | 21 Juin             |                                                                              |
|                    |                             | 28 Juin             |                                                                              |
|                    |                             | STAGE FIN ANNEE ADU |                                                                              |

## Planning 2026-2027 Dojo des arts

### Cours 18h30 le jeudi au dojo des arts

|                    |                             |                     |                                                          |
|--------------------|-----------------------------|---------------------|----------------------------------------------------------|
| <b>Trimestre 1</b> | <b>1er cycle</b>            | 10 septembre        | <b>Qigong de l'onde du dragon : Mouvement du bonheur</b> |
|                    |                             | 17 septembre        |                                                          |
|                    |                             | 24 septembre        |                                                          |
|                    |                             | 1 octobre           |                                                          |
|                    |                             | 8 octobre           |                                                          |
|                    |                             | 15 octobre          |                                                          |
|                    | <b>2<sup>nd</sup> cycle</b> | 5 novembre          |                                                          |
|                    |                             | 12 novembre         |                                                          |
|                    |                             | 19 novembre         |                                                          |
|                    |                             | 24 novembre         |                                                          |
|                    |                             | 10 décembre         |                                                          |
|                    |                             | 17 décembre         |                                                          |
| <b>Trimestre 2</b> | <b>1er cycle</b>            | 14 janvier          |                                                          |
|                    |                             | 21 janvier          |                                                          |
|                    |                             | 28 janvier          |                                                          |
|                    |                             | 4 Février           |                                                          |
|                    |                             | 11 Février          |                                                          |
|                    |                             | 18 Février          |                                                          |
|                    | <b>2<sup>nd</sup> cycle</b> | 4 Mars              |                                                          |
|                    |                             | 11 Mars             |                                                          |
|                    |                             | 18 Mars             |                                                          |
|                    |                             | 25 Mars             |                                                          |
|                    |                             | 1er Avril           |                                                          |
|                    |                             | 8 Avril             |                                                          |
| <b>Trimestre 3</b> | <b>1er cycle</b>            | 15 Avril            |                                                          |
|                    |                             | 22 Avril            |                                                          |
|                    |                             | 29 Avril            |                                                          |
|                    |                             | 13 Mai              |                                                          |
|                    |                             | 20 Mai              |                                                          |
|                    |                             | 27 Mai              |                                                          |
|                    | <b>2<sup>nd</sup> cycle</b> | 3 Juin              |                                                          |
|                    |                             | 10 Juin             |                                                          |
|                    |                             | 17 Juin             |                                                          |
|                    |                             | 24 Juin             |                                                          |
|                    |                             | 31 Juin             |                                                          |
|                    |                             | STAGE FIN ANNEE ADU |                                                          |

| Cours 19h45 le jeudi au dojo des arts |                       |                     |                     |
|---------------------------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|
| Trimestre 1                           | 1er cycle             | 10 septembre        | Saolim Luohan Chuan |
|                                       |                       | 17 septembre        |                     |
|                                       |                       | 24 septembre        |                     |
|                                       |                       | 1 octobre           |                     |
|                                       |                       | 8 octobre           |                     |
|                                       |                       | 15 octobre          |                     |
|                                       | 2 <sup>nd</sup> cycle | 5 novembre          |                     |
|                                       |                       | 12 novembre         |                     |
|                                       |                       | 19 novembre         |                     |
|                                       |                       | 24 novembre         |                     |
|                                       |                       | 10 décembre         |                     |
|                                       |                       | 17 décembre         |                     |
| Trimestre 2                           | 1er cycle             | 14 janvier          |                     |
|                                       |                       | 21 janvier          |                     |
|                                       |                       | 28 janvier          |                     |
|                                       |                       | 4 Février           |                     |
|                                       |                       | 11 Février          |                     |
|                                       |                       | 18 Février          |                     |
|                                       | 2 <sup>nd</sup> cycle | 4 Mars              |                     |
|                                       |                       | 11 Mars             |                     |
|                                       |                       | 18 Mars             |                     |
|                                       |                       | 25 Mars             |                     |
|                                       |                       | 1er Avril           |                     |
|                                       |                       | 8 Avril             |                     |
| Trimestre 3                           | 1er cycle             | 15 Avril            |                     |
|                                       |                       | 22 Avril            |                     |
|                                       |                       | 29 Avril            |                     |
|                                       |                       | 13 Mai              |                     |
|                                       |                       | 20 Mai              |                     |
|                                       |                       | 27 Mai              |                     |
|                                       | 2 <sup>nd</sup> cycle | 3 Juin              |                     |
|                                       |                       | 10 Juin             |                     |
|                                       |                       | 17 Juin             |                     |
|                                       |                       | 24 Juin             |                     |
|                                       |                       | 31 Juin             |                     |
|                                       |                       | STAGE FIN ANNEE ADU |                     |