



Forum des ASSOCIATIONS et du BÉNÉVOLAT

Samedi 6 septembre 2025 de 9h à 18h



Salle Zen 1^{er} étage

10h15 à 10h30

Yoga postural par l'association **En équilibre**

10h30 à 11h00

Danse en ligne et SMS par l'association **Toulon Sport Santé Seniors**

11h00 à 11h30

Voyage sonore par l'association **Manaslu**

11h30 à 12h00

Démonstration de yoga par l'**Ecole Yoga et Tantra Toulon**

12h00 à 12h30

Yoga sur chaise par l'association **Yes Yoga**

12h30 à 14h15

/

14h15 à 14h30

Yoga postural par l'association **En équilibre**

14h30 à 15h00

Sophrologie, Kinésiologie et massage Hama par l'association
Feuilles de vie

15h00 à 15h30

Musicothérapie par l'association **l'Accélérateur social**

15h30 à 16h

Yoga par l'**Association des 4 chemins**

16h00 à 16h30

Yoga, Pilates par l'**Amicale Claret Valbourdin**