

Planning des cours collectifs de Sophrologie — Septembre 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
31	1	2	3	4	5	6
7	🕒 18:00 À 19:00 Cours découverte 8	🕒 18:30 À 19:30 Cours découverte 9	🕒 18:00 À 19:00 Cours découverte 10	11	12	13
14	15	16	🕒 18:00 À 19:00 Cours découverte 17	18	19	20
21	22	🕒 18:30 À 19:30 Séance 1 23	🕒 18:00 À 19:00 Séance 1 24	25	🕒 09:30 À 11:30 Sophro-Balade à Quirieu 26	27
28	🕒 18:00 À 19:00 Séance 1 29	🕒 18:30 À 19:30 Séance 2 30	1	2	3	4

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ Octobre 2026

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
28	29	30	1	2	3	4
5	6	🕒 18:30 À 19:30 Séance 3	🕒 18:00 À 19:00 Séance 2	9	10	11
12	🕒 18:00 À 19:00 Séance 2	🕒 18:30 À 19:30 Séance 4	15	16	17	18
19	20	VACANCES	VACANCES	23	24	25
26	🕒 18:00 À 19:00 Séance 3	VACANCES	29	30	31	

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ *Novembre 2026*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
2	3	🕒 18:30 À 19:30 Séance 5 4	🕒 18:00 À 19:00 Séance 3 5	6	7	8
9	🕒 18:00 À 19:00 Séance 4 10	FÉRIÉ 11	12	13	14	15
16	17	🕒 18:30 À 19:30 Séance 6 18	🕒 18:00 À 19:00 Séance 4 19	20	21	22
23	🕒 18:00 À 19:00 Séance 5 24	🕒 18:30 À 19:30 Séance 7 25	26	27	28	29
30	1	2	3	4	5	6

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00

Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30

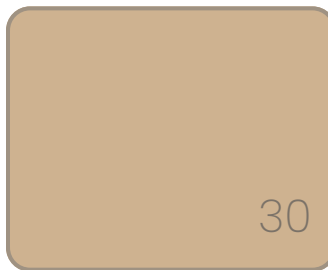
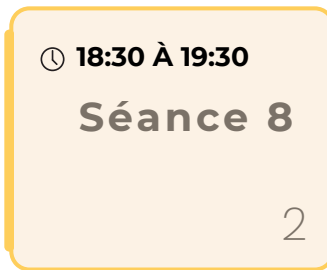
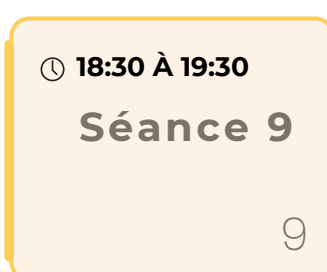
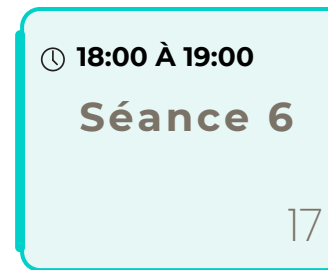
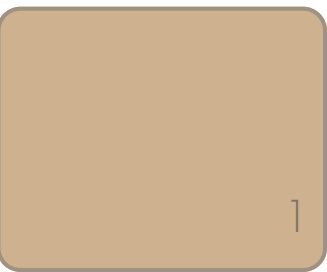
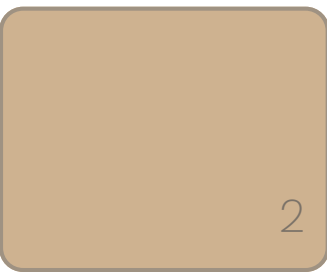
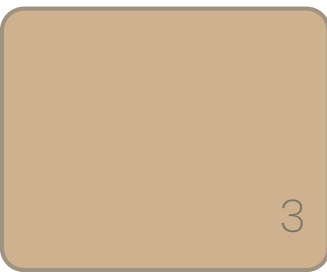
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00

Cours du jeudi - semaine impaire

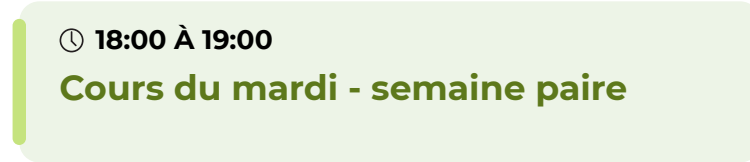


Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie ——— *Décembre 2026*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
 30	1	  18:30 À 19:30 Séance 8 2	  18:00 À 19:00 Séance 5 3	4	5	6
7	  18:00 À 19:00 Séance 6 8	  18:30 À 19:30 Séance 9 9	10	11	12	13
14	15	  18:30 À 19:30 Séance 10 16	  18:00 À 19:00 Séance 6 17	18	19	20
21	VACANCES22	VACANCES23	24	 25	26	27
28	29	VACANCES30	VACANCES31	 1	 2	 3

Liste des Cours

-  18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
-  18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
-  18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ *Janvier 2027*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
28	29	30	31	Happy New Year 2027 1	2	3
4	5	🕒 18:30 À 19:30 Séance 11	🕒 18:00 À 19:00 Séance 7	8	9	10
11	🕒 18:00 À 19:00 Séance 7	🕒 18:30 À 19:30 Séance 12	14	15	16	17
18	19	🕒 18:30 À 19:30 Séance 13	🕒 18:00 À 19:00 Séance 8	22	23	24
25	🕒 18:00 À 19:00 Séance 8	🕒 18:30 À 19:30 Séance 14	28	29	30	31

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ *Février 2027*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
1	2	 18:30 À 19:30 Séance 15 3	 18:00 À 19:00 Séance 9 4	5	6	7
8	 18:00 À 19:00 Séance 9 9	 18:30 À 19:30 Séance 16 10	11	12	13	14
15	16	VACANCES 17	VACANCES 18	19	20	21
22	 18:00 À 19:00 Séance 10 23	VACANCES 24	25	26	27	28

Liste des Cours

-  18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
-  18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
-  18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ Mars 2027

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
		🕒 18:30 À 19:30 Séance 17	🕒 18:00 À 19:00 Séance 10			
1	2	3	4	5	6	7
	🕒 18:00 À 19:00 Séance 11	🕒 18:30 À 19:30 Séance 18				
8	9	10	11	12	13	14
		🕒 18:30 À 19:30 Séance 19	🕒 18:00 À 19:00 Séance 11			
15	16	17	18	19	20	21
	🕒 18:00 À 19:00 Séance 12	🕒 18:30 À 19:30 Séance 20				
22	23	24	25	26	27	28
		🕒 18:30 À 19:30 Séance 21				
29	30	31	1	2	3	4

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com



Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ *Avril 2027*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
29	30	31	🕒 18:00 À 19:00 Séance 12 1	2	3	4
5	🕒 18:00 À 19:00 Séance 13 6	🕒 18:30 À 19:30 Séance 22 7	8	9	10	11
12	13	VACANCES 14	VACANCES 15	16	17	18
19	VACANCES 20	VACANCES 21	22	23	24	25
26	27	🕒 18:30 À 19:30 Séance 23 28	🕒 18:00 À 19:00 Séance 13 29	30	1	2

Liste des Cours



- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ Mai 2027

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
	🕒 18:00 À 19:00 Séance 14	🕒 18:30 À 19:30 Séance 24				
		🕒 18:30 À 19:30 Séance 25	🕒 18:00 À 19:00 Séance 14			
	🕒 18:00 À 19:00 Séance 15	🕒 18:30 À 19:30 Séance 26				
		🕒 18:30 À 19:30 Séance 27	🕒 18:00 À 19:00 Séance 15			

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30
Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00
Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com

Planning des cours collectifs de Sophrologie _____ *Juin 2027*

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
31	🕒 18:00 À 19:00 Séance 16 1	🕒 18:30 À 19:30 Séance 28 2	3	4	5	6
7	8	🕒 18:30 À 19:30 Séance 29 9	🕒 18:00 À 19:00 Séance 16 10	11	12	13
14	🕒 18:00 À 19:00 Séance 17 15	🕒 18:30 À 19:30 Séance 30 16	17	18	19	20
21	22	23	🕒 18:00 À 19:00 Séance 17 24	25	26	27
28	29	30	31	1	2	3

Liste des Cours

- 🕒 18:00 À 19:00

Cours du mardi - semaine paire
- 🕒 18:30 À 19:30

Cours du mercredi hebdomadaire
- 🕒 18:00 À 19:00

Cours du jeudi - semaine impaire



Angélique Moreau
1000ressources.com