

PROGRAMME* INTIMATE ZEN & WCSWING

*Ce programme peut être amené à être modifié à tout moment pour le bon déroulement du week-end

* Pratiques WCS libre possible pendant les temps libres

Cours	Pratique WCS Guidée	Repas	Ateliers	Massages, Temps Libre ou Pratiques Libres
-------	---------------------	-------	----------	---

VENDREDI 15 SEPTEMBRE 2023

Horaires	LADY ZEN & DANCE	DUO ZEN & WCSwing
A partir de 16h	Arrivée	Arrivée
16h à 18h30	Installation, Temps Libre	Installation, Temps Libre
17h30 à 18h30	Massages, Temps libre	Massages, Temps libre
18h30 à 19h30*	Cercle d'ouverture / Présentation du week-end	
19h30	Diner	
21h à 22h	Lady Styling	Cours WCS
22h à 23h	Yoga	Pratique WCS Guidée

*Si tout le monde peut arriver pour 18h, les cours de Lady Styling et WCS pourront être déplacés avant le repas

SAMEDI 16 SEPTEMBRE 2023

Horaires	LADY ZEN & DANCE	DUO ZEN & WCSwing
8h-8h30	Yoga	
8h30-9h30	Petit-Déjeuner	
9h30-10h20	Atelier Lâcher Prise	
10h30 à 11h30	Lady Styling	Cours WCS
11h30 à 12h30	Massages, Temps Libre	Pratique WCS Guidée
12h30 à 13h30	Déjeuner	
13h30 à 14h	Sieste Sonore	Sieste Sonore
14h à 16h30	Massages, Temps Libre	Massages, Temps Libre
16h30 à 17h30	Lady Styling	Men Styling
17h30 à 18h30	Yoga	
18h40 à 19h15	Massages, Temps Libre	Massages, Temps Libre
19h30 à 21h	Diner	
21h à 22h	Massages, Temps Libre	Massages, Temps Libre
22h à 23h	Temps Libre, partage ...	Temps Libre, partage ...

*Pratique WCS Libre possible pendant les temps libres

DIMANCHE 17 SEPTEMBRE 2023

Horaires	LADY ZEN & DANCE	DUO ZEN & WCSwing
8h-8h30	Yoga	
8h30-9h30	Petit-Déjeuner	
9h30-10h	Atelier Auto-Massage	
10h10 à 11h10	Lady Styling	Cours WCS
11h10 à 12h10	Massages, Temps Libre	Pratique WCS Guidée
12h10 à 12h30	Massages, Temps Libre	Massages, Temps Libre
12h30 à 13h30	Déjeuner	
13h30 à 14h	Massages, Temps Libre	Massages, Temps Libre
14h à 15h	Massages, Temps Libre	Cours de WCS
15h à 16h	Lady Styling	Pratique WCS Guidée
16h à 17h	Yoga / Bain Sonore	
17h à 18h	Cercle de Fermeture	

*Pratique WCS Libre possible pendant les temps libres