



Cours Prénataux 4 rencontres, une à deux sessions par mois Petits groupes de 5 couples Septembre 09: Vendredis 4, 11, 18, 25 septembre 19h Octobre 09 : Mardis 29 sept. 6, 13, 20 octobre 19h	Étoile de Mère	150.00\$
Méthode Bonapace 3 rencontres de 2hrs (19h-21h) Mardis 13 Octobre, 3 et 10 Novembre 09 Mardis 17 Nov. 8 et 15 Décembre 09 Intensif 2 rencontres Vendredi soir 19h-21h30 et Samedi matin 9h30-13h : 23 et 24 Octobre 09, 4 et 5 Décembre 09	Annie Bouchard Véronique Piperno Amélie cloutier	200.00\$
Ballon Forme Prénatal Carte de 5 cours valide sur une période de 6 Semaines, toujours en continue Les Jeudis 19h30-21h00	Danielle Fournier	75.00\$
Ballon forme prénatal en couple 1 seule rencontre en couple, petits groupes Les Dimanches 13h-15h30 13 Sept. 09, 4 Oct. 09, 1 ^{er} Nov. 09, 6 Déc. 09, 7Fév. 2010, 7 mars 2010, 11 Avril 2010, 2 Mai 2010, 6 Juin 10	Danielle Fournier	80.00\$
Yoga Prénatal Mercredis 10h45 ou 19h00 Session de 8 cours 2 sept. 09 au 21 Octobre 09 28 Octobre au 16 Décembre 09	Josianne Geoffroy	128.00\$
Yoga prénatal en couple	Josianne Geoffroy	
Bébé-Baladi prénatal Jeudis 18h00, dès le 24 sept. 09	Martyne (Maya)	130\$/12 ours 110\$/ 9 cours 85\$/ 6 cours 50\$/ 3 cours
Chant Prénatal Session de 8 semaines Dès la mi-October 09	Aurélie G.	180.00\$
Sophro-Naissance Mercredis 18h-21h30 / Session de 6 Semaines 1 ^{ère} session dès le 16 septembre 09 2 ^{ème} session dès le 28 octobre 09	Hélène Jacquemont	120.00\$
Hypno-naissance	Hélène J.	
Bougez Santé Prénatal Lundis 13h00 à 14h15 / session de 6 semaines 14 septembre 09 au 26 Octobre 09 2 novembre 09 au 7 Décembre 09	Catherine Leroux	90.00\$
Atelier massage bébé 3 rencontres d'environ 1h15 Sept. 09 : 10, 17, 24 -- Oct. 09 : 15, 22, 29 Nov. 09 : 12, 19, 26 -- Déc. 09 : 3, 10, 17	Annie Bouchard	100.00\$
Salsa Portage Mardis 10h30- 11h45 / session de 8 Semaines 8 Sept. 09 au 27 Oct. 09 3 Nov.09 au 22 Déc. 09	Christelle Langree	120.00\$
Pause-Bébé Les Mercredis après-midi, une fois par mois	Brigitte Denis, Kinésiologie	25.00\$ par famille
Pilates Maman et Bébé Jeudis 10h30- 11h45 10 Sept. 09 au 29 Oct. 09 (8 semaines 120\$) 5 Nov. 09 au 17 Déc. 09 (7 semaines 105\$)	Christelle Langree.	120.00\$
Langage signé bébé 1 seule rencontre de 2h30 (9h30-12h00) 1 Lundi par mois, surveillez le site internet	Chantale Jolicoeur	105.00\$ 55.00\$
Yoga maman et bébé Les mercredis 9h30-10h30 / session de 8 cours 2 sept. au 21 oct. 09 28 Oct. Au 16 Déc. 09	Josianne Geoffroy	120.00\$
Chant post. Avec bébé Session de 6 semaines Dès la Mi-October	Aurélie G.	
Yoga parents/enfants Samedis Matins dès le 10 Octobre 09 / session de 6 semaines Groupe 5-8 ans 9h30 / groupe 9-12 ans 11h00	Jennifer Mallin	120.00\$

Ballon intensif Postnatal 1 seule rencontre, apprendre à devenir autonome avec son ballon d'exercices Les Samedis de 13h00 à 15h30 17 oct. 09, 20 Fév. 2010, 22 Mai 2010	Danielle Fournier	40.00\$
Abdo/fessiers Les mardis 12h00- 12h50 / session de 8 cours 8 Septembre 09 au 27 octobre 09 3 Novembre au 22 Décembre 09	Christelle Langree	115.00\$
Yoga Nidra (du sommeil) Les Mercredis 20h30-21h45 / session de 8 Cours 2 sept. au 21 Octobre 09 28 Oct. Au 16 Déc. 09	Josianne Geoffroy	128.00\$
Conditionnement physique	Jasmina W.	180.00\$
Relaxation pour femmes Les Jeudis 12h00-12h50 10 Sept. Au 29 Oct. 09 / session de 8 cours 5 Nov. Au 17 Déc. 09 / session de 7 cours	Christelle Langree	128.00\$ 112.00\$
Mes Kilos en trop ; qu'est-ce que j'en fais, qu'est-ce que j'en pense ? Les Lundis Du 21 septembre au 2 Nov. 09 (congé 12 Oct. Action de grâce) Session de 6 semaines	Nadia Deslauriers T.S.	90.00\$
Sophrologie (relaxation) Confiance en soi, valeur de vie, gestion du stress, communication Les Mercredis 19h30-21h00 /session de 6 Semaines	Hélène Jacquemont	120.00\$
Atelier sur la sexualité de nos enfants Dates à déterminer	Geneviève Labelle, Sexologue	À voir
Atelier- conférence		
Cuisine Saine et nutritive, repas alcalinisant, faciles et rapides Samedi 12 septembre 10h00-13h00	Marie-Andrée Devynck	40.00\$
Germination ; une source de bienfaits Jeudi 17 septembre 09 18h30-20h30	Marie- Andrée Devynck	30.00\$
Premiers soins naturels Mardi 22 septembre 09 19h00-21h00	Nicole ouellette	30.00\$
Gestion du stress par l'alimentation et la respiration Dimanche 4 Octobre 09 de 10h00 à 13h00	Marie-Andrée Devynck	40.00\$
Alimentation sans Gluten Jeudi 8 Octobre 09 18h30-20h30	Marie-Andrée Devynck	30.00\$
Alimentation Thérapeutique Mardi 27 octobre 09, 19h00-21h00	Nicole Ouellette	30.00\$
Gestion du stress Mardi le 17 Novembre 09 19h00-21h00	Nicole Ouellette	30.00\$
Santé environnementale et Alimentation Samedi 21 Nov. 10h-13h	Marie-Andrée Devynck	40.00\$
Alimentation pour femmes enceintes et allaitantes Samedi 12 Déc. 09 10h00-13h00	Marie-Andrée Devynck	40.00\$
Fabrication de cosmétiques et de remèdes naturels Lundi 21 Déc. 09 19h00-21h00	Nicole Ouellette	30.00\$
Yoga pour enfant Les Samedis Matins / session de 5 semaines Groupe 5-8 ans 9h30 / Groupe 9-12 ans 11h00 Dès le 21 Novembre09	Jennifer Mallin	65.00\$
Pilates 55 ans et + Les Jeudis 14h30 10 Sept. Au 29 oct. 09 / session de 8 semaines 5 Nov. Au 17 Déc. / session de 7 semaines	Christelle Langree	115.00\$ 105.00\$
Ballon / danse 55 ans et +	Louise Kanemy.	

Centre Mères & Cie. par la Source en soi
1336, rue Beaubien est,
Montréal, Québec
H2G 1K8
Téléphone : **514 750-3735**