

## La Varangue fait sa rentrée !



La Varangue fait sa rentrée !

### C'est bientôt la rentrée à la Varangue !

La Varangue située à côté des arènes de Vic-Fezensac est "un lieu d'accueil des arts du corps et de l'esprit".

En ouvrant cette structure, le but de son président **Joseph Bérenguer, dit Pepito**, était de créer des espaces qui permettraient aux artistes de se rencontrer et de partager le talent de chacun, par la parole, la peinture, la sculpture, la photo, l'écriture, le soin du corps et de l'esprit, tout ce qui mène au bien-être.

Avec ses dix ans d'existence, la Varangue propose aujourd'hui des ateliers d'écriture, d'occitan, du tai chi, du yoga, du tango argentin, de la salsa, de la batchata, de la danse africaine...

Elle organise aussi régulièrement des conférences et expositions.

Retrouvez toutes les informations et toutes les activités sur le site :

<https://www.lavarangue.net>

La Varangue tiendra un stand samedi 3 septembre de 9h30 à 13 h lors de la fête du sport et des associations salle polyvalente.

Ci-dessous le programme pour l'année 2022 2023 :

PROGRAMMATION 2022 / 2023

## LA VARANGUE

L'art de prendre soin de soi

### ESPACE CULTUREL

- CONFÉRENCES
- EXPOSITIONS
- ATELIERS D'ÉCRITURE
- ATELIERS D'OCCITAN

### ESPACE SOINS & THERAPIES

- HYPNOSE
- RELAXATION
- MÉDITATION
- RESPIRATION

### DANSES

- SALSA CUBAINE
- BATCHATA
- TANGO ARGENTIN
- DANSE AFRICAINE
- LES DOMINGOS LATINOS

### CONSCIENCE CORPORELLE

- TAÏ CHI
- QI GONG
- HATHA YOGA
- YOGA DYNAMIQUE
- YOGA PRE & POST NATAL

La Varangue /  
21 Avenue Edmond Bergès  
32190 Vic-Fezensac  
f La Varangue

Contact /  
06 07 59 75 91  
lavaranguevic@gmail.com  
www.lavarangue.net

**ESPACE CULTUREL**

**ATELIER D'ÉCRITURE** J.M Delachoux 06 77 74 09 26  
2 vendredis/mois de 14h à 17h  
**ATELIER DE LANGUE OCCITANE** Didier Dupin 06 80 03 20 98  
le mardi de 18h à 20h  
**CONFÉRENCES / EXPOSITIONS** La Varangue 06 07 59 75 91  
Pentecôte et Tempo / Programme et organisation en cours

**ESPACE SOIN**

**HYPNOSE / RELAXATION** Gwendoline 07 69 10 18 25  
**MÉDITATION / RESPIRATION**  
Sur rendez-vous, à l'espace Soin et Thérapie de la Varangue

**PRATIQUES CORPORELLES**

**HATHA YOGA** le mercredi de 17h à 18h30  
**YOGA DYNAMIQUE** le mercredi de 18h45 à 20h15  
**YOGA PRE & POST NATAL** sur demande  
Gwendoline 07 69 10 18 25 / anahatalapauseyoga@gmail.com  
**YOGA**  
le jeudi de 18h à 20h avec Gilles  
**TÁI CHI / QI GONG** Raphaël Potenza 06 33 23 82 01  
le jeudi matin de 10h à 12h  
**PILATES** Eugenia 07 68 95 46 73  
le mardi de 11h à 12h

**DANSES**

**DANSE AFRICAINE** Sabrina 06 76 54 11 00  
le lundi de 19h à 21h  
**TANGO ARGENTIN** Michèle & Gilbert 06 08 40 61 91  
2 samedis/mois de 14h à 18h  
**LES DOMINGOS LATINOS** Jonathan 06 79 68 60 91 / 06 07 59 75 91  
2 dimanches/mois de 15h à 19h SBK