

5-6

NOVEMBRE
2022

Jordanne Feldenkrais

Stage FELDENKRAIS

Découvrir
ou
approfondir



La mobilité du bassin et de la colonne vertébrale

Fanny Delachaux, praticienne Feldenkrais certifiée,
vous donne rendez-vous

Samedi 5 et Dimanche 6 novembre 2022
au "Bourilhou", 30120 Le Vigan

LA MÉTHODE FELDENKRAIS™ donne à chacun.e les moyens d'apprendre à agir de façon nouvelle. En affinant l'image que vous avez de vous même et la conscience de votre corps en mouvement, vous pourrez bouger avec plus de fluidité et d'efficacité, toujours en accord avec vos besoins et vos capacités du moment.

Tarif : 95 € - Stage adulte

*Pour une meilleure organisation, merci de vous **inscrire** par téléphone
ou par mail **avant le 1er novembre***

Chaque jour, 1 atelier de 9h30 à 12h30 et 1 atelier de 14h30 à 16h30.

Possibilité de pique-niquer sur place en prévoyant son repas.

Pratique : prévoir une tenue souple, chaude et des chaussettes, 1 tapis (type yoga ou pilates), 2 grandes serviettes de toilette (pour support de tête)

Contact :
jordanne.feldenkrais@gmail.com
06 75 90 15 01
jordannefeldenkrais.fr