

# ATELIERS en MOUVEMENT de la Méthode FELDENKRAIS™

*Le plaisir de mieux bouger...*

(S38 à 41) 19 sept. au 11 oct.

**Mieux assis à votre poste de travail**

(S45 à 48) 7 au 29 nov.

**Apprivoisez votre dos**

(S03 à 06) 16 janv. au 7 fév.

**Points de Vue, champs de vision & liberté d'action**

(S13 à 15) 19 mars au 10 avril

**Debout sur vos Hanches**

(S20 à 23) 14 mai au 5 juin

**Marcher librement**

*Au studio ou en visio*  
4 séances de 1h sur 4 semaines - **les mardis 10h ou mercredi 12h30 ou mercredi 20h**

40€ les 4 cours de Prise de Conscience par le Mouvement™ selon le thème du cycle

Ou 15€ à l'unité ; les ateliers se tiennent aux horaires des cours réguliers qui restent accessibles avec votre carte studio

*Des cours de Feldenkrais™ en groupes hebdomadaires ou en privé ont lieu en continu aux autres dates de l'année scolaire.*

Sous réserve de modification ; sur inscription uniquement.



L'instant  
Feldenkrais®