

Détente Pusey organise un atelier Feldenkrais animé par Loïc Deschamps

L'association Détente Pusey organise un atelier Feldenkrais, samedi 11 janvier 2020, de 9 h 30 à 12 h 30 à la Maison des Associations, rue du Breuil (derrière la Mairie).

Accroître l'efficacité et l'aisance dans les mouvements, améliorer la mobilité, la coordination et l'équilibre, réduire douleurs et inconfort, stress et tensions sont quelques-uns des objectifs de la méthode Feldenkrais.

L'ADP propose de faire

découvrir ou approfondir le Feldenkrais durant cette séance animée par Loïc Deschamps, praticien certifié.

Cet atelier est ouvert à toute personne, quel que soit son âge et ne requiert pas d'aptitude particulière.

Renseignements et inscriptions auprès de Bernadette Guillaume au 03 84 76 49 29.

Pour mémoire : séance hebdomadaire le mercredi de 18 h 15 à 19 h 30 en ce même lieu.



Cet atelier est ouvert à toute personne, quel que soit son âge et ne requiert pas d'aptitude particulière. Photo ER