

INSCRIPTION 2019 – 2020

Connaissance de soi à travers le mouvement

FELDENKRAIS

Ni yoga, ni gym, ni relaxation, la Méthode Feldenkrais utilise le mouvement comme porte d'entrée vers l'apprentissage de nos sensations. Elle nous permet de quitter l'autoroute de nos habitudes et d'apprendre qu'à travers la lenteur, la réduction de l'effort, et la non performance, nous sommes plus efficaces pour répondre aux contraintes de la vie. Cette méthode, on l'appelle aussi les arts martiaux du quotidien et elle s'adresse à tous sans critère d'âge ou de santé.

Tous les jeudis soirs du 12 septembre 2019 au 25 juin 2020 de 19h à 20h

Centre TAO, 144 boulevard de la Villette 75019 Paris

Tarifs : A l'unité : **20 €**

A l'année : **396 €** (33 leçons x 12€ le cours) Possibilité de payer en 3 chèques

Cours d'essai : 3 cours pour le prix de 2 soit 40€ soustraits en cas d'inscription.

Nom
Prénom
adresse mail
numéro de téléphone

Isabelle Audinot : 06 20 91 26 99 - isabel.audinot@orange.fr

Praticienne certifiée de la méthode Feldenkrais

Membre de l'association Feldenkrais France