

AUTOMNE 2025

**LES SAMEDIS DE VILLARD St PANCRACE**

**ATELIERS FELDENKRAIS**

4 après-midi de 14h à 17h30

27 Septembre

11 Octobre

22 Novembre

13 Décembre

Un temps pour explorer des façons inhabituelles de bouger et élargir votre zone de confort dans toutes vos activités, quotidiennes et de loisir.

Le thème du 27 Septembre :

**Adoucir le dos et les épaules pour un quotidien plus harmonieux**

Le thème du 11 Octobre :

**La respiration dans tous ses états**

Thèmes suivants à définir

Tarif de l'atelier : 40 Euros

Renseignements et réservation : Sophie Zavaglia

06 79 47 09 82

sophie.zavaglia@wanadoo.fr

