

à Marseille

DIMANCHE 17 DÉCEMBRE 2017

☞ **Entre 2 pratiques :
Méthode Feldenkrais
et Rolfing** ☞

Se détendre dans la gravité



Réveiller notre fonction tonique,
devenir ami avec la gravité

Un meilleur ajustement tonique et postural peut nous éviter la désorganisation du mouvement et les douleurs qui souvent en découlent. La méthode Feldenkrais et le Rolfing se complètent : ils éclairent et nous font comprendre notre relation au sol, quelle que soit notre position debout, assis, allongé-e.

FELDENKRAIS
SUD-EST



l'atelier est proposé par
les praticiens **Feldenkrais**
de la **région Sud-est**

www.feldenkrais-sudest.fr
[facebook/feldenkrais.sud.est](https://facebook.com/feldenkrais.sud.est)

L'atelier sera animé par **Rita Geirola**
praticienne Feldenkrais et formatrice Rolwing
www.ilpuntodisvolta.it

Durant cet atelier, nous expérimenterons comment réveiller notre fonction tonique et observerons comment un mouvement léger, facile, et plaisant dans la relation gravitaire peut apparaître quand notre corps est organiquement en relation à l'espace et au sol, orienté et soutenu.

Dimanche 17 décembre 2017

Accueil à 14 h, démarrage à 14h30 jusqu'à 17h30

Le grenier du Corps

2 rue des Tyrans - 13007 Marseille

participation : 50€

Pour vous inscrire :

Libeller un chèque de 20 euros à Mobil'At,
préciser vos coordonnées : tél et courriel pour confirmation
et envoyer à Françoise Pouillot,
39 bd Sainte Lucie - 13007 Marseille

Prévoir vêtements souples et chauds et chaussettes

Plus d'informations :

Nathalie Touaty 06 62 07 09 77
contact@perpetuumobile.fr
Marie-Christine Dumas 06 85 42 75 55
mariechristine.dumas@laposte.net

