

Gymnastique Holistique



Stages saison 2022-2023

L'Atelier du Mouvement propose, un samedi et/ou dimanche matin par mois de 9h00 à 13h00, un travail corporel plus approfondi, où sont de plus apportées quelques notions essentielles d'anatomie, de physiologie du mouvement. Voici les dates programmées pour cette nouvelle saison :

8 ou 9 octobre	Les bases de la méthode Ehrenfried
26 ou 27 novembre	Les appuis et la posture
14 ou 15 janvier	Les hanches par rapport au bassin
25 ou 26 février	Les épaules et le port de la tête
25 ou 26 mars	Les différents axes du corps
13 ou 14 mai	La respiration
17 ou 18 juin	Synthèse de l'année

Renseignements Jean Philippe VÉRON : 06 62 28 82 12
Inscriptions nécessaires en raison des places limitées

Lieu : 3 rue Justice à Oloron

Tarif du stage : 30 €

www.jph-veron.net