

COURS COLLECTIF DE ROLFING MOUVEMENT

SAMEDI 6 MARS 2010 A YVERDON

Avec Yvette Froment

diplômée de l'Institut de Rolfing USA, en rolfing et rolfing mouvement

Cours ouvert à toute personne ayant déjà reçu un minimum de 3 séances individuelles de rolfing

Thème : la gravité, et la respiration

La gravité n'aurait aucune influence sur notre respiration ? Pas si sûr, et si les muscles inspireurs étaient aussi des muscles posturaux.

Par des exercices simples et structurants nous découvrirons comment améliorer notre posture pour plus de confort et d'efficacité, et comment notre respiration en est influencée.

Horaire : samedi 6 mars 2010
de 9 h 15 à 12 h 15

Lieu : c/o Mathias Avigdor, rolfeur
Centre de Thérapies du Lac
6, rue du Lac
1400 Yverdon

Participation financière : Frs 60.-

Tenue : confortable, chaussettes pour les pieds

Matériel : apporter un tapis de gymnastique

Nombre de places limité

Bulletin d'inscription à renvoyer à l'adresse ci-dessous

Yvette Froment
7 quai du Cheval blanc
1227 les Acacias GE
email : yfroment@infomaniak.ch

Nom :

Prénom :

Adresse :

No tél. :

Adresse email :

Je m'inscris au cours de rolfing mouvement du samedi 6 mars 2010

Date :

Signature :