

Lieu : Hiersac, salle socio culturelle, 19B rue d'Angoulême

Date et Heures : Samedi 21 novembre 2020 de 9 h 30 à 17h 30

Coût : Adhérents : 30 euros
Non adhérents : 30 euros + 17,50 euros d'adhésion

Chèque à l'ordre de : IFY Poitou-Charentes

Contact : Claudine Boulestin 06 67 28 14 75

Apporter tapis de pratique, petit banc et pique-nique convivial à partager.



ASSOCIATION IFY Poitou-Charentes

Périnée, respiration, yoga

Samedi 21 novembre 2020

Lieu : Hiersac, salle socio culturelle, 19B rue d'Angoulême

Date et Heures : Samedi 21 novembre 2020 de 9 h 30 à 17h 30

Coût : Adhérents : 30 euros
Non adhérents : 30 euros + 17,50 euros d'adhésion

Chèque à l'ordre de : IFY Poitou-Charentes

Contact : Claudine Boulestin 06 67 28 14 75

Apporter tapis de pratique, petit banc et pique-nique convivial à partager.



ASSOCIATION IFY Poitou-Charentes

Périnée, respiration, yoga

Samedi 21 novembre 2020

Intervenantes : Marion Bati et Stéphanie Mandret

Marion Bati :

Danseuse et chorégraphe, puis professeur de yoga (formée par Peter Hersnack), fasciathérapeute, formée à la Méthode Danis Bois, La Rochelle

Stéphanie Mandret :

Ostéopathe DO depuis 13 ans, de formation exclusive, installée au cabinet Corps en mouvement, La Rochelle

Intervenantes : Marion Bati et Stéphanie Mandret

Marion Bati :

Danseuse et chorégraphe, puis professeur de yoga (formée par Peter Hersnack), fasciathérapeute, formée à la Méthode Danis Bois, La Rochelle

Stéphanie Mandret :

Ostéopathe DO depuis 13 ans, de formation exclusive, installée au cabinet Corps en mouvement, La Rochelle

Marion Bati

Ce qui me semble important de transmettre : la vitalité , muscler la conscience et entretenir une tonicité qui ne soit pas une tension , relier le corps et l'esprit .

Stéphanie Mandret

Mes fils rouges : la globalité et le travail d'équipe avec le patient , afin de le rendre acteur dans ses démarches de mieux-être.

Nous nous sommes rencontrées avec l'envie de creuser cette relation entre respiration et périnée, chercher leur lien et leur indépendance, et aujourd'hui nous avons envie de partager cette recherche et de la faire grandir avec une dynamique de groupe

Marion Bati

Ce qui me semble important de transmettre : la vitalité , muscler la conscience et entretenir une tonicité qui ne soit pas une tension , relier le corps et l'esprit .

Stéphanie Mandret

Mes fils rouges : la globalité et le travail d'équipe avec le patient , afin de le rendre acteur dans ses démarches de mieux-être.

Nous nous sommes rencontrées avec l'envie de creuser cette relation entre respiration et périnée, chercher leur lien et leur indépendance, et aujourd'hui nous avons envie de partager cette recherche et de la faire grandir avec une dynamique de groupe