

Intelligence du geste Méthode Feldenkrais

Forme

Ville de Janzé

Réapprendre le geste juste. Moins d'effort et plus de fonctionnalité au quotidien.
Ici, il ne s'agit pas d'étirer, de muscler ou de réaliser des exercices en utilisant la force.
C'est un apprentissage ludique par lequel on vise le réveil de l'habileté propre à chacun.

feldenkrais-intelligencedugeste@hotmail.fr

06 48 19 94 31