

Stage d'Aplomb et de Yoga dans l'Aplomb

Les 12, 13, 14 avril 2019, Maison de Quartier de Kérinou,
BREST

Quelles lois permettent cet équilibre, élégance, stabilité, légèreté: une subtile application de la **loi du poids-contrepoids**, une relaxation profonde, intelligente, un jeu musculaire juste et approprié.

Le parcours de recherche de Noelle Pérez-Christiaens nous révèle des connaissances, qui avec patience, intériorisation, silence, nous conduisent vers des sensations vivantes, chaleureuses. Les articulations se nourrissent dans l'action.

Nous vous proposons de vous aider à appliquer nos expériences ethno-physiologiques dans votre vie courante contemporaine



Le stage est assuré par Nicole Blouet Le Coz , étudiante en physio-ethnologie et des amies, également étudiantes, à l'ISA Paris.

Horaires: 10h 12H30-14H30
18H, le dimanche 9H
13H-15H 17H

Tarif de base: 40 euros la journée

Tel: 06 12 78 13 84