

LES SAMEDIS DÉCOUVERTE FELDENKRAIS



ESPACE ESPACE PREVENTION
Pré-du-Marché 23 - 1004 Lausanne
tél. 021 / 644'04'24
fax 021 / 644'04'26
www.espace-prevention.ch

Secrétariat ouvert de 9h à 12h et de
14h à 17h
Fermé le vendredi après-midi et le samedi

La Méthode Feldenkrais, par une prise de conscience corporelle, favorise la détente, la concentration et améliore la mobilité de tout le corps.

Chaque stage a pour but de vous faire découvrir une partie de votre corps par des mouvements que chacun peut expérimenter à son rythme et selon ses possibilités.

Dates des stages :

Des os pour la vie

Prévention de l'ostéoporose, introduction à la Méthode Bones for life®.

Apprenez à stimuler vos os pour qu'ils deviennent plus solides et fiables. Améliore la posture, l'équilibre et la marche.

- **Samedi 8 octobre 2011 de 9h30 à 12h00**

ou

- **Samedi 3 décembre 2011 de 14h00 à 16h30**

Libérer votre nuque

Retrouver une nuque souple et le plaisir de bouger sans tensions.

- **Samedi 19 novembre 2011 de 14h15 à 16h45**

ou

- **Samedi 31 mars de 9h30 à 12h00**

Prix par stage : fr. 50.--

Lieu du cours:

Espace Prévention
Pré-du-Marché 21 - salle de gym
1004 Lausanne

A payer au plus tard 10 jours avant le début du cours

Vous vous inscrivez avec le bulletin d'inscription ci-contre ou via notre site internet. Le paiement n'est pas un moyen d'inscription. Conditions générales: voir le programme général.

BULLETIN D'INSCRIPTION

STAGES DE FELDENKRAIS

NOM (Majuscules).....

PRENOM.....

Date de naissance :

Adresse :

No postal localité :

N° tél.

Privé : prof :

Dates des stages :

(cocher le cours choisi)

- samedi 8 octobre 2011 - os pour la vie**
- samedi 3 décembre 2011 - os pour la vie**
- samedi 19 novembre 2011 - nuque**
- samedi 31 mars 2012 - nuque**

BULLETIN D'INSCRIPTION A RETOURNER RAPIDEMENT

à

Espace Prévention, Pré-du-Marché 23
1004 Lausanne
tél. 021/644'04'24 – fax 021/644'04'26
www.espace-prevention.ch

J'ai pris connaissance des conditions du cours et des conditions générales et les accepte.

DATE ET SIGNATURE :

