

17 ET 18 FEVRIER 2018

à Rouen (maison de quartier Cloître des Pénitents)

Stage « La Respiration : Anatomie et Mouvements »



- Re-découverte de l'anatomie de la respiration.
- Exploration des différents muscles et volumes respiratoires.
- Exercices pratiques.
- Apprentissage de différentes techniques respiratoires et leurs effets bénéfiques.
- Ouvert à tous.
- Samedi de 14h30 à 17h.
- Dimanche de 10h à 13h.
- Tarif adhérents : 60€
- Tarif non-adhérents : 70€
- Réservation obligatoire.

Infos et réservation :
Pierre COUSTHAM
06 79 76 46 09
letre.asso@yahoo.fr
www.assoletre-taichi.fr

