

INCORPORER WEEKEND CLUMSY ET FELDENKRAIS 2024-2025 HONOLULU

BULLETIN D'INSCRIPTION FELDENKRAIS AUX WEEKEND CLUMSY ET FELDENKRAIS / HONOLULU

Tarif par weekend : 85€

Adhésion annuelle à Incorporer 10€

Je m'inscris à un ou plusieurs atelier(s) du weekend ou du samedi, je joins un chèque à l'ordre de **Incorporer**, et je renvoie le tout à : **Association Incorporer, 9 rue Sanlecque 44000 Nantes.**

Nom Prénom

Adresse

Tel email

WEEKEND FELDENKRAIS

- 28 – 29 septembre : Liberté des épaules et de la nuque
- 19 – 20 octobre : Un bassin et des hanches mobiles
- 30 novembre – 1er décembre : Des vertèbres lombaires articulées et solides
- 18 – 19 janvier : Des vertèbres dorsales mobiles et une cage thoracique flexible
- 22 – 23 février : Les articulations de la mâchoire, la respiration et la voix
- 22 – 23 mars : Des pieds, chevilles et genoux solides
- 26 – 27 avril : Se relever du sol- connaître ses appuis
- 17 – 18 mai : Une respiration libre et déployée
- 14 – 15 juin : La marche et la relation à l'équilibre

WEEKEND CLUMSY

- 12 – 13 octobre
- 25 – 26 janvier
- 15 – 16 mars
- 3 – 4 mai

TOTAL €