

Saison 2024 - 2025

Relaxation & Vitalité

Tous les jeudis de 10h30 à 12h

Reprise
jeudi 19
septembre



Séance
d'essai
gratuite



Une pratique corporelle douce et profonde qui invite
au **voyage vers soi et vers son corps**
de la **sensation** au **mouvement**
de l'**intérieurité** à l'**expression de soi**.

Les temps de relaxation et de mouvements soutiendront pas à pas le
chemin vers soi, pour retrouver une vitalité au quotidien.



Pour toutes informations, **contacter Cécile Tassé**,
éducatrice somatique par le mouvement en Body Mind Centering®
07.61.58.44.52 - epanouirparlemouvement@gmail.com
epanouirparlemouvement.fr

Le Grand Cordel MJC

18, rue des plantes
35700 RENNES
02.99.87.49.49

accueil@grand-cordel.com
www.grand-cordel.com

Inscriptions à l'accueil ou sur le site internet de la MJC