

Les thèmes développés en Feldenkrais

Ces ateliers se déroulent au 16 rue des Prés à Armentières, le samedi de 16 h 15 à 18 h 30 (sauf le vendredi 9 octobre : 20h à 22h)

Un atelier de 2 heures, c'est l'occasion d'approfondir la conscience corporelle dans un domaine particulier

12 Septembre 2009	Les pieds en relation avec les hanches
Vendredi 9 octobre	De la tête aux pieds de 20h à 22h
17 octobre	Des mâchoires libres : pour mieux croquer la vie !
21 novembre	Les yeux, le visage et la nuque : une plus grande mobilité
12 Décembre	La respiration : une grande liberté !!
23 Janvier 2009	La cage thoracique
27 Février	Le plancher pelvien (niveau 1) : le rôle des abdominaux !
20 Mars	La colonne vertébrale : vriller pour s'allonger
24 Avril	Le plancher pelvien (niveau 2) Pour cet atelier, il est nécessaire d'avoir déjà participé à un atelier sur ce thème
29 Mai	Le corps-émotion
26 Juin	La relation tête—bassin

Pour participer à ces ateliers, il est nécessaire de s'inscrire à l'avance car le nombre de places est limité (tel 03.20.77.09.91) et d'être membre de l'association (cotisation annuelle de 20€). Participation aux frais : 25€.

2009-2010

séances de groupe

Lille 43 rue Jacquemars Gielée le mercredi de 18h à 19h le jeudi de 14h à 15h	Prix : <i>116€ par trimestre (10 séances) ou 14€ la séance</i>
Armentières au 16 rue des Prés le jeudi de 9h à 10h le jeudi de 10h15 à 11h15 le jeudi de 19h15 à 20h15 le vendredi de 14h à 15h le vendredi de 17h à 18h	Prix : <i>+ 95€ par trimestre (10 séances) + 85€ pour les étudiants, demandeurs d'emploi, Rmiste</i>
Frelinghien à la salle du béguinage le vendredi de 18h30 à 19h30	<i>ou 12€ la séance</i>
Merville au 77 rue des Pacavas le mardi de 18h15 à 19h15	
Il est possible de régler le trimestre en 2 ou 3 fois	

Séances individuelles :

prendre une séance individuelle (Intégration fonctionnelle), c'est l'occasion de découvrir le Feldenkrais, éclaircir un problème particulier, ...

Ces séances ont lieu à Lille, Armentières ou Merville sur rendez-vous : téléphoner au 03.20.77.09.91 ou 03.28.48.22.19 ou 06.81.65.96.20
Prix : 50€ à Merville et Armentières; 56€ à Lille

Fleurs de Bach :

Consultation « Fleurs de Bach » : de 1/2h (20€) à 1h (40€)
Préparation d'un flacon : 8€

La participation aux activités de l'association (cours, stages, séances individuelles...) est réservée aux membres de l'association (cotisation annuelle 20€).