

ÉCOLE – FORMATION – STAGE – SÉANCE INDIVIDUELLE

CONFERENCE-ATELIER

Animé par

Catherine Grimal

praticienne-enseignante en Ortho-Bionomy®

*De la tension à l'autorégulation
une approche simple et efficace*

Vendredi 1^{ER} Juin 2018

De 19h30 à 21h00

5, rue Pargaminières

31000 Toulouse

entrée libre

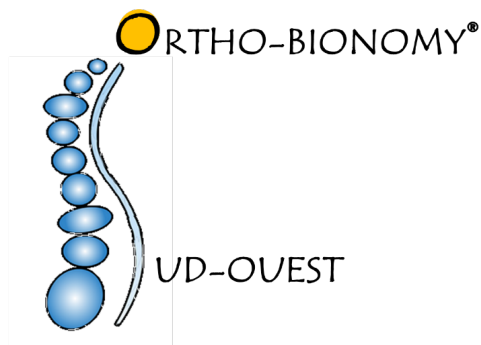
Renseignements et inscriptions auprès de :

Mireille Bouteiller praticienne en Ortho-Bionomy®

+33(0)6 01 49 10 65 ou mireille.jeanne.bouteiller@gmail.com

places limitées

inscriptions obligatoires



ÉCOLE – FORMATION – STAGE – SÉANCE INDIVIDUELLE

JOURNEE DECOUVERTE

Découvrir comment le corps peut s'autoréguler... avec

Catherine Grimal
praticienne-enseignante en Ortho-Bionomy®

Samedi 2 juin 2018

De 9h30 à 17h00

5 rue Pargaminières

31000 Toulouse

Stage ouvert à tous, aucun prérequis, tarif 80€

Le principe de base de l'Ortho-Bionomy® est d'accompagner le corps dans ses mouvements instinctifs de régulation plutôt que de lui imposer une technique directive.

Durant cette journée nous pourrons :

Apprendre à toucher l'autre en appréhendant un contact « juste » grâce à des exercices préliminaires
Aborder certaines techniques centrées sur des zones de tensions fréquentes (le dos, le cou, etc...), afin de stimuler notre capacité de relâchement et permettre au corps de retrouver son équilibre.

Inscriptions : Mireille Bouteiller +33 (0)6 01 49 10 65