



ÉCOLE – FORMATION – STAGE – SÉANCE INDIVIDUELLE

# JOURNEE DECOUVERTE

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

**Mireille Bouteiller**  
praticienne en Ortho-Bionomy®

**Samedi 6 octobre 2018**  
**De 10h00 à 17h00**  
**187 rue du Faubourg Bonnefoy**  
**31500 Toulouse**

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.
- ✓ Stage ouvert à tous, aucun prérequis, tarif 80€

Renseignements et inscriptions :

Mireille Bouteiller praticienne en Ortho-Bionomy®

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