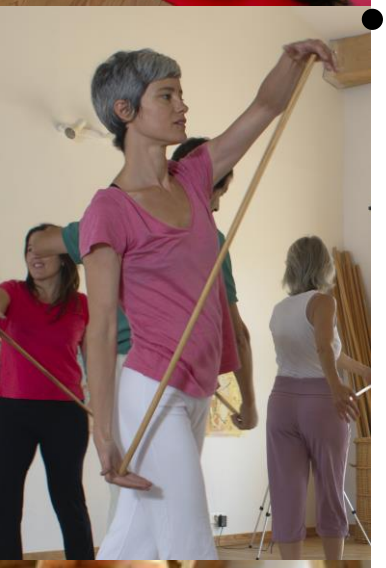

CENTRE CULTUREL
ET D'ACTIVITÉS
AGORA
LE RHEU

02.99.60.88.67
agora-secretariat@orange.fr

LE CITÉ JARDIN RHEU
lerheu.fr

Saison 2023-2024 les JEUDIS

- **10h-11h30** 20 séances dès le 9 novembre 2023
- **19h-20h30 Périnée & abdos hypopressifs**
  30 séances dès le 21 septembre 2023

Ferme des Perrières – Le Rheu (35)

Périnée et Mouvement®

MAINTIEN AMÉLIORATIONS PRÉVENTION

Le périnée ? Vous souhaitez mieux le connaître et/ou il vous prend la tête car il remplit moins bien ses fonctions de continence ?

Alors ce cours collectif est fait pour vous !

Douceur, respect de l'intimité, et bienveillance pour cet apprentissage en confiance

Cours découverte 10h ou 19h

Jeudi 15 juin 2023

Jeudi 21 septembre 2023

Marie-Noëlle Vansteene 07.83.50.56.24
https://enviedeyoga.fr/perinee-et-mouvement/
mail :enviedeyoga@gmail.com
Yoga et Méthode B.Calais-Germain kinésithérapeute

Avertissement : Les protocoles du Geste Anatomique® ne peuvent en aucun cas se substituer ou être assimilés aux consultations et séances pratiquées par des professionnel-les de santé.