



Stages 2025-2026

Gymnastique Holistique Méthode Ehrenfried

L'Atelier du Mouvement propose pendant la saison un travail corporel plus approfondi le **dimanche matin (9h30-13h00)** au cours duquel sont apportées quelques notions essentielles d'anatomie et de physiologie du mouvement.

Pour cette année le programme est le suivant :

12 octobre	<i>la respiration</i>
16 novembre	<i>la région cervicale</i>
14 décembre	<i>au dessus du bassin</i>
25 janvier	<i>au dessous du bassin</i>
1er mars	<i>les axes du corps</i>
29 mars	<i>l'équilibre</i>
14 juin	<i>les bases de la méthode</i>

Renseignements & inscriptions : Jean Philippe VÉRON : 06 62 28 82 12

Tarif du stage : **35 €**

www.jph-veron.net