Grisy-les-Plâtres
Commune du Vexin français

Journée porte ouverte à Grisy-les-Plâtres sur une méthode de gymnastique douce.

Samedi 04 septembre 2021



Plus qu'une gymnastique douce, adaptée à tous, quelle que soit la condition physique pour réapprendre à bouger, retrouver l'équilibre et la souplesse, débloquer les tensions musculaires, la gestion du stress…la mairie vous propose de découvrir la méthode FELDENKRAIS.



Coordonnées

Espace André François
24, rue des Maurois
95810
Grisy-les-Plâtres
Documents
Méthode FELDENKRAIS
Bulletin d'inscription