

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

Samedi 04 septembre 2021

**La mairie vous propose
de découvrir
LA MÉTHODE
FELDENKRAIS
JOURNÉE PORTE OUVERTE**
à Grisy-les-Plâtres
le Samedi 4 Septembre 2021 à partir de 14h
à la salle André François, située à l'espace Loisirs et Sports

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...

Cours dispensés par Anne-Marie KIEWITZ
Enseignante certifiée de la "Méthode Feldenkrais"

Pour garantir votre place, merci de nous retourner le bulletin d'inscription en mairie ou par mail avant le vendredi 3 septembre 2021

 

Espace des Maïrois, espace Loisirs et Sports
Salle André François
Renseignements en mairie
01 34 66 82 89
Mardi, jeudi, vendredi 9h30-12h
Mercredi 17h-19h

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.

**La mairie vous propose
de découvrir
LA MÉTHODE
FELDENKRAIS
JOURNÉE PORTE OUVERTE**
à Grisy-les-Plâtres
le Samedi 4 Septembre 2021 à partir de 14h
à la salle André François, située à l'espace Loisirs et Sports

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...

Cours dispensés par Anne-Marie KIEWITZ
Enseignante certifiée de la "Méthode Feldenkrais"

Pour garantir votre place, merci de nous retourner le bulletin d'inscription en mairie ou par mail avant le vendredi 3 septembre 2021

 

Espace des Maïrois, espace Loisirs et Sports
Salle André François
Renseignements en mairie
01 34 66 82 89
Mardi, jeudi, vendredi 9h30-12h

Coordonnées

Espace André François
24, rue des Maïrois
95810
Grisy-les-Plâtres
Documents
[Méthode FELDENKRAIS](#)
[Bulletin d'inscription](#)