

Stage de Feldenkrais

8 - 11 JUILLET 2021

Découvrir
ou
approfondir



Jordanne Feldenkrais

Améliorez votre capacité à agir. En réalisant des mouvements doux, surprenants parfois, en cultivant votre conscience du geste, vous retrouvez l'aisance et la spontanéité des mouvements dans votre vie. Explorez à votre rythme, en accord avec vos envies et vos possibilités du moment.

« *Voyageur, il n'y a pas de chemin, le chemin se fait en marchant.* » Reprenant ce vers d'Antonio Machado, **je vous propose**, à l'occasion de ces quelques jours, **d'explorer ou de ré-explorer les appuis de vos pas, la qualité, la dynamique et l'équilibre qui accompagnent votre marche, pour trouver une liberté et un plaisir renouvelés à arpenter nos montagnes.**

*(Re)découvrir la marche, pour le plaisir
d'ajuster vos pas à vos envies*



Stage pour adultes, organisé par **Jordanne Feldenkrais** et accueilli par **La Feina**. Vous pratiquez au cœur des volcans du Cantal, à 950m d'altitude. En camping, dans la maison solaire ou en gîte, venez vous régaler de la beauté du panorama, savourer la convivialité du lieu et goûter à la vie au plus près d'une nature puissante, volcanique.

jordannefeldenkrais.fr - www.lafeina.lautre.net

TARIF (2 options, selon type d'hébergement ; repas non compris) :

- **200€** pour 16h de Feldenkrais + **14€ + participation libre** pour un hébergement en camping

- **200€** pour 16h de Feldenkrais + **20€ + participation libre** pour un hébergement en "maison solaire"

Programme détaillé et inscription : Fanny Delachaux, praticienne Feldenkrais certifiée, au 06 75 90 15 01 ou jordanne.feldenkrais@gmail.com.

Date limite d'inscription : 24 juin 2021