



NOUVEAU

l'association PARENTHÈSE

vous propose du **DO IN**

exercices d'entretien de la santé accessibles à tous :
respiration, étirements et auto massage

Pratiquée régulièrement, cette technique japonaise issue des enseignements millénaires de la Médecine Traditionnelle Chinoise vous aidera à libérer les tensions de votre corps, tant physiques qu'émotionnelles.

Vous deviendrez ainsi acteur de l'entretien de votre santé.

ATELIERS de 10 personnes maximum :

MERCREDI : 18h-19h ou 19h15-20h15

JEUDI : 14h-15h ou 15h15-16h15

Salle du presbytère à SAINT-MORILLON

180€ l'année pour 1 atelier par semaine (payable en 1 ou 3 chèques)

+ 10 € d'adhésion à l'association

Une séance découverte offerte... Alors n'hésitez pas, venez essayer...

Pour tout renseignement vous pouvez contacter

La Présidente : Corinne BLANCAND au 06 88 09 92 56

L'animatrice : Anne BROCA – Spécialiste en Shiatsu – au 06 87 94 88 94