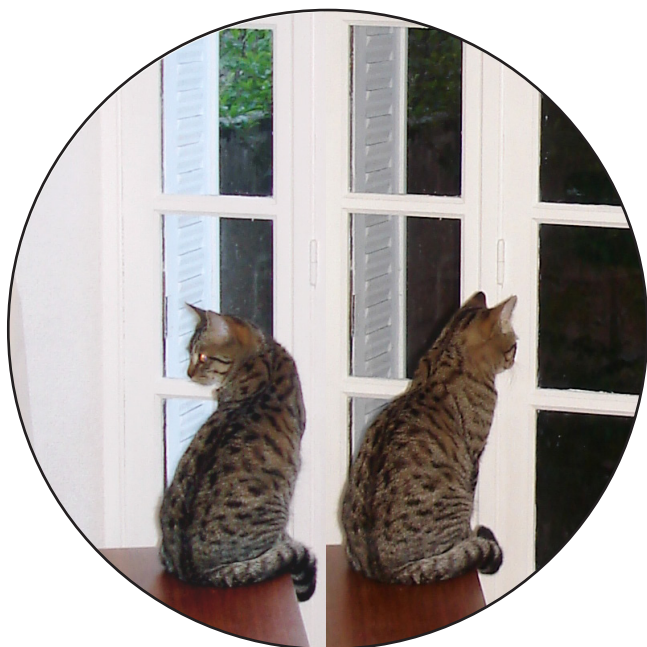




Découvrez les bienfaits  
de mouvements  
respectueux du corps

**Jeudi 14 décembre 2023 à 19h**

# *Les dilemmes de Noël*



**Stage  
d'Antigym\*  
à St Hilaire**

avec  
**Yann Derobert**  
*praticien certifié*

*Recevoir et donner, se calfeutrer ou sortir, consommer ou se poser, offrir et retenir ses mots... La période de Noël est pleine de mouvements contraires qui impliquent aussi notre corps ! Et si on les faisait jouer en nous plutôt que les subir ?*



Modalités pratiques :

Un stage = 3 heures (avec une pause)

Tarif : 30 Euros (groupe de 6 pers. max.)

Lieu : 42 rue de l'Archer St Hilaire St Mesmin

Pour information et inscription :

06.42.72.66.19 / [yann@vivremavie.fr](mailto:yann@vivremavie.fr)