

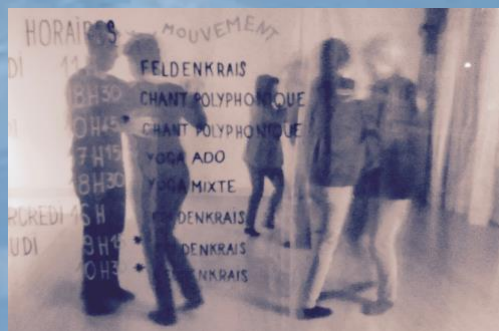
# FELDENKRAIS POUR DANSER

...ou comment partager **LE MOMENT PRÉSENT** et ouvrir ainsi notre esprit à l'inconnu, dans une profondeur certaine.

Danser ensemble après une séance Feldenkrais est une façon joyeuse de nous maintenir en santé, et même de guérir...

Le lien est évident entre ma vision de Feldenkrais et l'enseignement de Claire Rufenacht & Pedro Ratto.  
[www.clairetango.ch](http://www.clairetango.ch)

Dates passées à **ÊTRE EN MOUVEMENT** de 19h30 à 21h  
**FELDENKRAIS POUR LE TANGO**



6 décembre 2023

13 décembre

20 décembre

10 janvier 2024

17 janvier

24 janvier

Alléger le poids des bras

La mobilité de la cage thoracique

La propulsion dans la marche

Sentir et questionner son axe

Approfondir le lien épaules / bassin

La paume de main et le poignet

Dates à venir, informations et création d'événement :  
Martine Cherix 076 / 811 47 26