

Atelier périnée

Samedi 27 avril 9h30, Dimanche 28 avril 9h30/12h30

Parfait inconnu, vaguement imaginé, parfois territoire de l'angoisse... mais aussi espace de connexion à nos racines terrestres, espace de l'assise vers nos aspirations cosmiques, espace de respiration, de sérénité, de joie. Le périnée, plancher pelvien, diaphragme pelvien, appellations précisant l'importance et la fonction de cet ensemble musculaire, sera l'objet d'un atelier sur une journée et demie.

Atelier réservé aux femmes
tarif: 120 euros, 20% réduction étudiantes,
difficultés financières me contacter.
repas possible: 8€
laurence.calmon@yahoo.fr
06 31 26 61 41



Laurence CALMON

Formée par Serge et Bernadette Gastineau, puis Michèle Lefèvre et Isabelle Hernandez.
Un hatha yoga postural précis quand à la bio-mécanique du mouvement, à la recherche de la justesse pour chacun.

Diplômée de l'école Yogamrita, affiliée à la FIDHYE.
Atelier yoga rue Saint Brévin (à droite du n°3)
44100 Nantes
<http://atelieryoga.net>

Atelier périnée

Parfait inconnu, vaguement imaginé,
parfois territoire de l'angoisse... mais
aussi espace de connexion à nos racines terrestres, espace de l'assise vers nos aspirations cosmiques
Le périnée, plancher pelvien, diaphragme pelvien, appellations précisant
l'importance et la fonction de cet
ensemble musculaire; sera l'objet d'un atelier sur une journée et demie.
Atelier réservé aux femmes.

Samedi 27 avril 9h30/17h

Dimanche 28 avril 9h30/12h30

tarif: 120 euros, 20% réduction étudiantes, difficultés financières me contacter.
repas possible: 8€

laurence.calmon@yahoo.fr 06 31 26 61 41

Laurence CALMON

Formée par Serge et Bernadette Gastineau, puis Michèle Lefèvre et Isabelle Hernandez.
Un hatha yoga postural précis quand à la bio-mécanique du mouvement, à la recherche de la justesse pour chacun.
Diplômée de l'école Yogamrita, affiliée à la FIDHYE.
Atelier yoga rue Saint Brévin (à droite du n°3)
44100 Nantes
<http://atelieryoga.net>