

Essayer la MLC, pratique corporelle / en ligne

Événement - Essayer la MLC, pratique corporelle / en ligne ʘ

Titre	Essayer la MLC, pratique corporelle / en ligne
Date	Lundi 13 Janvier 2025, 18:00 h - 19:30 h

Description

Essayer en ligne pour découvrir cette pratique corporelle qu'est la MLC, Méthode de Libération des Cuirasses // 20€ la séance d'essai d'1h15 Pour se préparer, vous aurez besoin : d'un tapis de sol, 2 balles de tennis et 2 balles de tennis junior ou 2 balles mousse et je vous enverrai des consignes précises pour se retrouver sur la plateforme
Comment prendre soin de nous corporellement dans ces changements que nous vivons ? Comment nous pouvons accompagner ces moments de transformation au plus près de notre corps et d'être à l'écoute de ce qu'il peut nous dire.

Prochaine dates d'essai :

le 20 janvier à 18h15 //20€ - MLC pratique corporelle uniquement

le 27 janvier à 18h //30€ - MLC pratique corporelle + Visualisation Renseignements et inscription :

Catherine Charlot 06 82 42 52 61, Intervenante formée par Marie Lise Labonté en MLC © et en IT ©

site : www.corpsetcreation.com

e-mail : catherine@corpsetcreation.com