

Stage Feldenkrais™ à Grenoble

Se sentir jeune en cultivant
la diversité du mouvement
19 et 20 Janvier 2019

- **Enseignante : Christine Barrat**
Trainer de la Méthode Feldenkrais.
- **Horaires:** Samedi 10h-12h30 et 14h-16h30 (public)
Dimanche 10h-12h30 (public)

Dimanche 14h00- 16h30 (praticiens uniquement)
- **Tarif :** 110 euros public / 130 euros praticiens
- **Lieu:** Jardin et Mouvement
16, rue Revol 38 000 Grenoble
quartier Berriat-Europole
Grenoble
Tram A, arrêt : Berriat-Le Magasin
Tram B, arrêt : Palais de Justice



Marie Paul Sanchez
06 72 73 93 88



atoutsens38@gmail.com

L'association Atout Sens organise une soirée
gratuite de présentation de la Méthode
Feldenkrais et d'information
pour la prochaine formation à Lyon
Le vendredi 18 Janvier 2019
A 18h30 à 'Nuances' Espace ACKORA
5, rue Monge, 38320 EYBENS

Bus 13 arrêt : Pierre Loti,
Bus C4 et 12 arrêt : Maisons Neuves



Christine Barrat

**Formation Feldenkrais de Rome (1988-1992),
Certifiée Trainer en juin 2014.**

**Kinésithérapeute,
Directrice et formatrice de l'Institut de
Formation Feldenkrais IFELD à Lyon.**

www.christinebarrat.fr

**" Il n'y a pas d'âge pour apprendre, pour se développer,
Améliorer sa qualité de vie, c'est ce que la méthode
Feldenkrais m'a appris de plus important. "**

C'est avec grand enthousiasme que je vous retrouve à Grenoble pour ce rendez-vous annuel, vous pouvez bien entendu participer pour la première fois et découvrir la Méthode Feldenkrais et ses explorations de mouvement en conscience, débutants ou pratiquants de longue date nous ferons tout pour que vous soyez confortables. Je vous propose pour ce stage :

**Explorer la nouveauté, la diversité du mouvement.
Cultiver un incroyable répertoire de potentialités,
ne pas renoncer devant la difficulté.**

**Penser que tout est possible et le réaliser sans forcer,
tel que l'a appris l'enfant que nous avons été.**

**Apprendre, c'est prolonger la qualité de vie, et stimuler la
flexibilité de notre cerveau autant que nos articulations.**

**C'est aussi sortir du train-train quotidien pour éveiller la
joie simple de respirer, sourire de nos erreurs,
réaliser nos intentions.**

Informations pratiques

La salle est bien chauffée, mais venez avec des vêtements confortables et assez chauds pour vous.

Les tapis sont fournis

Amenez éventuellement une serviette ou un paréo pour mettre dessus.

Pour les repas, il vous est possible de prendre votre pique nique sur place, ou bien il y a quelques petits restaurants alentours.

Pour l'hébergement, il existe un gîte dont les retours nous ont été favorables à 1/4 d'heure de marche:

Gîte d'étape du Néron, Christophe Delachaux

32, rue Charles Michels

38600 Fontaine 06 61 18 52 63

Ne pas jeter ce dépliant sur la voie publique merci

ATOUT SENS

Association Grenobloise, loi 1901.

Siret 752 486 431 000 14

Tél. 06 83 87 63 01

Bulletin d'inscription

- Nom _____
- Prénom _____
- Adresse email _____

- Tél _____

Pas d'expérience en Feldenkraistm requise

Je m'inscris au week-end :

«Se sentir jeune en cultivant la diversité de mouvement »

Ordre : Atout Sens

Date / / Signature

Toute inscription sera validée dès réception d'un chèque d'acompte de 30€ *

A l'ordre de Atout Sens

A envoyer à : Atout Sens, Marie Paul Sanchez
3, rue Bayard,
38000 Grenoble

Le solde sera à régler à votre arrivée.

*En cas de désistement : A plus de 30 jours avant le début du stage, l'acompte est remboursé.
A 15 jours avant le début du stage, 50% de l'acompte est remboursé.
Pas de remboursement à moins de 15 jours avant le stage.