

Eutonie en Isère, année 2019-2020

Siège social : 210 rue Pierre et Marie Curie, 38340 Voreppe. Tél : 06 75 04 59 43

https://www.facebook.com/Eutonie-en-Is%C3%A8re-121672808701229/?modal=admin_todo_tour

L'eutonie aide à s'adapter aux ajustements permanents que nécessite la vie quotidienne, aussi bien dans la détente que dans l'effort, dans le travail, le sport ou les arts. L'eutonie est une activité corporelle très douce dans l'attention aux sensations et s'adresse à toute personne, quel que soit son âge et sa condition physique. Allongé, assis ou debout, immobile ou en mouvement, en étirement ou en automassage, chacun peut, à son rythme et dans le respect de ses possibilités observer et accueillir les changements qui se produisent spontanément au niveau du corps.

Contacts :

- **Christine CHAUTEMPS**, diplômée professeur d'eutonie par l'Institut d'Eutonie, sage-femme formatrice à Voreppe, **06 75 04 59 43**.

Elle propose des cours d'eutonie à :

- **Voreppe** :

2 fois par mois les mardis de 12h30 à 13h45 et de 18h30 à 19h45.

Plus 6 dimanches en 2019/20, de 9h à 17h :

- 2019 : **29 septembre, 17 novembre**.
- 2020 : **9 février, 24 mai, 27 sept, et 22 novembre**.

- **Claire ROOSEN**, diplômée professeur d'eutonie par l'Ecole Française d'Eutonie Gerda Alexander®, **06 07 71 45 57**.

Elle propose des cours d'eutonie à :

- **La Tronche**, le lundi de 14h30 à 15h45.
- **Grenoble**, 1^{er} et 3^{ème} lundi du mois de 18h30 à 19h45.
- **Fontaine**, le vendredi de 18h à 19h15.

