

EUTONIE GERDA ALEXANDER®

## LA TRONCHE

VENDREDI :

9H30-10H45

11H15-12H30

## FONTAINE

maison des sportifs

VENDREDI :

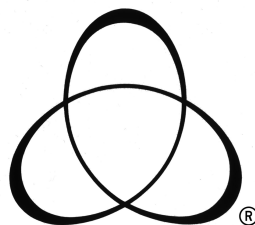
16H30- 17H45

18H15-19H30

Possibilité d'organiser d'autres cours  
sur demande

# EUTONIE

Trouver son tonus juste  
par les sensations



Cours collectifs

Cours individuels : sur rendez-vous

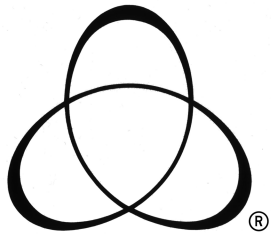
RENSEIGNEMENTS - INSCRIPTION

Claire ROOSEN

06 07 71 45 57

cr-esth@hotmail.fr

EUTONIE GERDA ALEXANDER®



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 ses sensations corporelles.

Grâce à cette observation, des changements nécessaires peuvent se produire naturellement dans le corps.

L'eutonie invite à ressentir son corps sans l'imaginer.

L'eutonie s'adresse à toute personne quelque soit son âge et quelque soit sa condition physique.

[www.eutonie.com](http://www.eutonie.com)

<http://institut-eutonie.com/>