

Les ateliers du périnée

PRÉSENTATION :



Vous prenez soin de votre dos, de vos épaules, de vos jambes... qu'en est il de votre périnée?

Nous vous proposons 5 ateliers d'une heure afin d'explorer une thématique par atelier, pour prendre conscience et intégrer le périnée dans votre hygiène de vie.

Notre objectif est de partager nos connaissances et notre expérience de kinésithérapeutes ainsi que des pratiques pour prendre soin de son périnée au quotidien.

Nous accueillons hommes et femmes de tous âges pour ces ateliers qui se déroulent au tapis.

INTERVENANTES :

Julie Bailly

- 06.85.25.08.45
- julie_bailly@msn.com

Céline Leboeuf

- 06.22.26.87.81
- celine.leb@wanadoo.fr

TARIFS :

- 100€ pour la session de 5 ateliers
- inscription pour la session de 5 ateliers

« Adhésion exceptionnelle obligatoire à l'association : 5€ par chèque à l'ordre des Ateliers du Champ Girault »

1ère SESSION:

les lundis de 8h45 à 9h45 :

- 14 Octobre 2024,
- 4, 18 et 25 Novembre 2024,
- 9 Décembre 2024.

2ème SESSION :

les mardis de 15h à 16h en 2025 :

- 25 Février 2025,
- 4 et 18 Mars 2025,
- 1er et 28 Avril 2025.

Autres lieux

Au cours de l'année, nous proposons des ateliers à Tours Nord, Montlouis sur Loire et Amboise

(En fonction des demandes, nous contacter)

