

# MÉTHODE FELDENKRAIS



*Le Mouvement Retrouvé.*

*bouger avec plaisir  
relâcher ses tensions  
supprimer les efforts inutiles*

## **COURS COLLECTIFS BLOIS** **REPRISE LE 7 SEPTEMBRE 2021**

**LIEU : ADA**

*Palais des Sports de Blois, 4 rue du Plessis*

### **HORAIRES**

<b>Mardi</b>	de 11h00 à 12h00	salle 1
	de 12h30 à 13h30	salle 1
	de 17h25 à 18h25	salle 1
<b>Mercredi</b>	de 11h00 à 12h00	salle 5
<b>Jeudi</b>	de 11h15 à 12h15	salle 5
	de 12h30 à 13h30	salle 5

### **TARIF**

Forfait annuel 220€ - 1 cours par semaine  
Possibilité de paiement fractionné.  
2 cours d'essai gratuits

Prévoir un tapis, une tenue confortable, des chaussettes, un tissu (drap de bain ou plaid) et une petite serviette.

### RENSEIGNEMENTS

Mireille ANSAR 06 13 78 75 01