

Jouvencencorps by move

mardi de 13h20 à 15h

Osez franchir les portes du studio de danse pour découvrir ce nouveau cours. Vous souhaitez acquérir un corps plus souple, plus tonique, plus ancré, plus allongé, modelé et en forme. Venez découvrir une méthode toute en douceur et respectueuse du corps de chacun qui développe un travail en conscience par des exercices inspirés de recherches modernes et inovantes sur le fonctionnement du corps. Prenez un moment pour vous, un moment de bien-être et d'écoute de votre corps. **Véritable cure de jouvence à la portée de tous.** C'est avec impatience que je vous attends au conservatoire d'Auvelais dès la rentrée pour partager mon expérience lors de ce cours entièrement consacré aux adultes qui souhaitent suivre une activité physique régulière qui soigne, rééquilibre et redonne forme et élasticité.