

Saison 2025 - 2026

Relaxation & Vitalité

Tous les jeudis de 10h30 à 12h

Reprise
jeudi 18
septembre



Séance
d'essai
gratuite



Une **pratique corporelle** douce et profonde pour **délier** le corps,
lâcher le mental, se reconnecter à son **corps vivant**,
accueillir la **sensation** pour nourrir sa **présence**,
sa **vitalité** et le **plaisir de bouger**.



Pour toutes informations, **contacter Cécile Tassé**,
éducatrice somatique par le mouvement - Body Mind Centering®
07.61.58.44.52 - epanouirparlemouvement@gmail.com
epanouirparlemouvement.fr

Le Grand Cordel MJC

18, rue des plantes
35700 RENNES
02.99.87.49.49

accueil@grand-cordel.com
www.grand-cordel.com

Inscriptions à l'accueil ou sur le site internet de la MJC