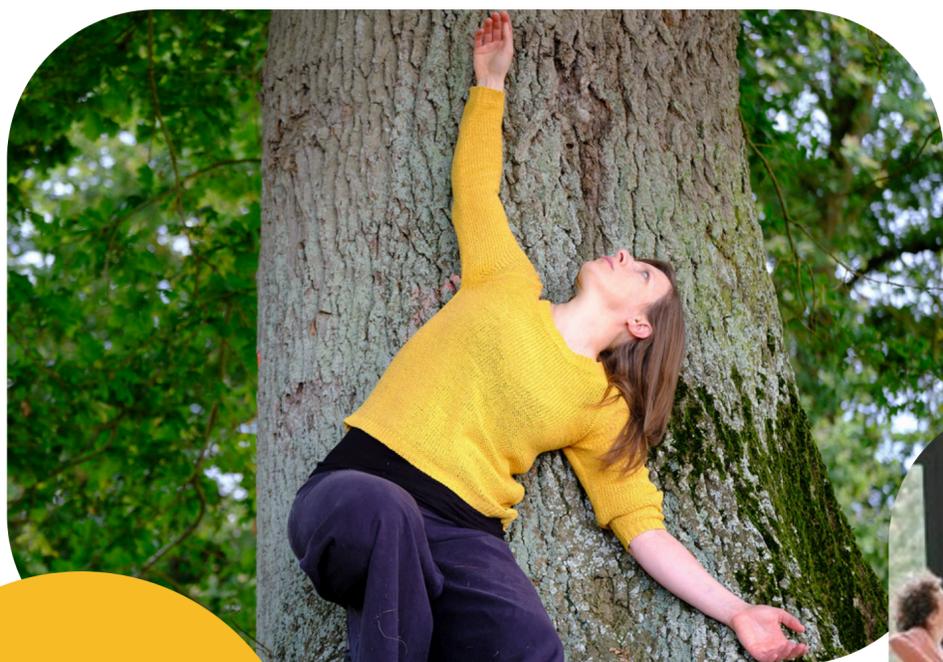


Saison 2025 - 2026

# S'épanouir par le Mouvement

Mercredi de 20h à 21h30

Atelier  
Hebdomadaire



MJC du  
Grand Cordel  
Rennes



Une **pratique corporelle sensible** et **profonde**  
qui invite à **habiter son corps**.

Découvrir les richesses de son **anatomie vivante**,  
par l'imaginaire, le **mouvement** et le toucher.

S'inspirer de l'intelligence du corps  
pour **délier le corps** et nourrir sa **créativité**

Voyager de la **sensation** au **mouvement**,  
de l'**intérieurité** à l'**expression de soi**

A l'année  
ou  
au trimestre



**Cécile Tassé**

éducatrice somatique par le mouvement  
Body Mind Centering®

**07.61.58.44.52 - epanouirparlemouvement.fr**