

ASSOCIATIONS EQUILIBRE et CAP HEOL

ATELIERS MENSUELS LIBERATION DES CUIRASSES



**Cité Allende Bat A 1^{er} étage
12, rue Colbert 56100 LORIENT**

**Samedi 09/01/2010 : BASSIN
Samedi 06/02/2010 : DOS
Samedi 06/03/2010 : JAMBES**

**de 9 h 00 à 12 h 00
Ouvert à tous**

**Initiée par Marie Lise LABONTE, cette méthode
vise la libération psycho-corporelle par le
mouvement .**

**Elle apporte souplesse et douceur
détente physique et mentale
respect et conscience de son corps
mieux être et gestion du stress**

**Contact : Martine BOSC 06 10 29 03 57
www.equilibre.com – www.cap-heol.fr**