



APPRIVOISEZ VOS YEUX

Voir en conscience avec la Méthode Feldenkrais

avec le Groupe Feldenkrais des Savoie et Pascal LELOUP

Samedi 27 Mars 2021 de 10 à 13h

à St Pierre d'Albigny (Savoie)

Le Groupe Feldenkrais des Savoie a le plaisir de vous convier à ce stage de découverte ou d'approfondissement de la méthode Feldenkrais, animé par plusieurs praticien.nes du Groupe avec la collaboration de notre collègue Pascal LELOUP.

Les explorations en mouvement qui vous seront proposées sont autant de pistes pour utiliser ses yeux avec plus de conscience, plus d'efficacité et plus de plaisir. Elles vous permettront aussi d'aborder la vision en lien avec la mobilité du reste du corps.

Pascal LELOUP a développé et continue à élaborer un travail original et subtil sur les yeux, basé sur la méthode Feldenkrais et sur l'anatomie de l'œil, mais également inspiré du Body Mind Centering et de la méthode Bates. Il est l'auteur de plusieurs ouvrages sur la Méthode Feldenkrais (dont le récent « Apprivoisez vos vertèbres »). Il prépare actuellement un livre sur les yeux.

Le stage se déroulera dans le respect des mesures sanitaires en vigueur.

DETAILS PRATIQUES

Horaires: Samedi 10H-13H

Lieu: St Pierre d'Albigny (salle polyvalente)

Prix du stage: 30 €

Matériel particulier à prévoir: tapis ou à défaut grand tissu ; coussin plat

Renseignements /Inscriptions:

Blandine WONG 04 79 63 65 75 ou b.wong@sensactions.fr