Grisy-les-Plâtres
Commune du Vexin français

# Journée porte ouverte à Grisy-les-Plâtres sur une méthode de gymnastique douce.

Samedi 04 septembre 2021

La mairie vous propose
de découvrir
LA MÉTHODE
FELDENKRAIS
JOURNÉE PORTE OUVERTE
à Grisy-les-Plâtres
le Samedi 4 Septembre 2021 à partir de 14h
à la salle André François, située à l'espace Loisirs et Sports

Plus qu'une gymnastique douce, adaptée à tous, quelle que soit la condition physique pour réapprendre à bouger, retrouver l'équilibre et la souplesse, débloquer les tensions musculaires, la gestion du stress…

Cours dispensés par Anne-Marie KIEWEL
Enseignante certifiée de la "Méthode Feldenkrais"

Pour garantir votre place, merci de nous retourner le bulletin d'inscription en mairie ou par mail avant le vendredi 3 septembre 2021

Parc des Maurois, espace Loisirs et Sports
Salle André François

Renseignement en mairie
01.34.66.62.89
Mardi, jeudi, vendredi 8h3-12h
Mercredi 13h-17h

***Plus qu'une gymnastique douce, adaptée à tous, quelle que soit la condition physique pour réapprendre à bouger, retrouver l'équilibre et la souplesse, débloquer les tensions musculaires, la gestion du stress…la mairie vous propose de découvrir la méthode FELDENKRAIS.***

La mairie vous propose
de découvrir
LA MÉTHODE
FELDENKRAIS
JOURNÉE PORTE OUVERTE
à Grisy-les-Plâtres
le Samedi 4 Septembre 2021 à partir de 14h
à la salle André François, située à l'espace Loisirs et Sports

Plus qu'une gymnastique douce, adaptée à tous, quelle que soit la condition physique pour réapprendre à bouger, retrouver l'équilibre et la souplesse, débloquer les tensions musculaires, la gestion du stress…

Cours dispensés par Anne-Marie KIEWEL
Enseignante certifiée de la "Méthode Feldenkrais"

Pour garantir votre place, merci de nous retourner le bulletin d'inscription en mairie ou par mail avant le vendredi 3 septembre 2021

Parc des Maurois, espace Loisirs et Sports
Salle André François

Renseignement en mairie
01.34.66.62.89
Mardi, jeudi, vendredi 8h3-12h

## Coordonnées

Espace André François
24, rue des Maurois
95810
Grisy-les-Plâtres
Documents
Méthode FELDENKRAIS
Bulletin d'inscription