

L'atelier du mouvement

Contact

Praticienne Feldenkrais certifiée
Formatrice en expression vocale

06 82 44 12 73
claire.chanet@gmail.com
www.clairechanet.com

Claire Chanet

Cours et stages
Annecy & Albanais

23

24

La méthode Feldenkrais

Un chemin de santé pour cultiver bien être et vitalité.

Basée sur la conscience du mouvement, la méthode Feldenkrais constitue une approche innovante pour améliorer sa condition physique et mentale. Elle a été créée par Moshe Feldenkrais (1904-1984), docteur en physique, pionnier des neurosciences. Cette pratique douce s'adresse à toute personne souhaitant améliorer sa mobilité, la posture, la souplesse et la coordination, pour plus de confort et d'efficacité dans les gestes quotidiens, artistiques ou sportifs.

Cours hebdomadaires

Annecy : Mardi 14h15 - Mardi 18h30

Chavanod/Etercy* : Jeudi 9h15

30 séances d'1 heure
de septembre à juin (hors vacances scolaires)

Tarif : 360€ - Trimestriel 135€

Cours en Visio

Mercredi 9h00 - Jeudi 18h30

idéal pour gagner du temps sur vos trajets
et / ou pour pratiquer lors de vos déplacements.

35 séances d'1 heure

de septembre à juin

Tarif annuel 300€ - Trimestriel 120€

Séance individuelle

Adaptées à vos besoins.

Sur rdv

Tarif : 55€

Atelier mensuel

Une matinée thématique pour de nouvelles découvertes.

Samedi de 10h00 à 13h00 - Tarif 40€ l'atelier

23 septembre - 21 octobre - 18 novembre

9 décembre - 20 janvier - 10 février - 16 mars - 6 avril

4 mai - 8 juin

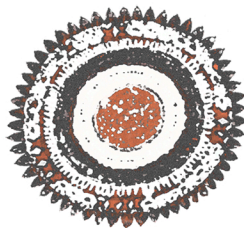


“ Le jeu est la plus haute forme de recherche...”

Albert Einstein

Feldenkrais & voix

La méthode Feldenkrais offre des outils et pratiques pertinents pour comprendre et mieux ressentir le lien qui se tisse entre notre corps et notre voix, afin d'inclure l'ensemble de soi dans le geste vocal. Tout au long de l'année, retrouvez des cycles et ateliers ponctuels...



Lieux des cours :

Alliance Française 12 bd du Lycée Annecy

*Chavanod/Etercy voir adresse sur le site

www.clairechanet.com



Lieux des cours :