

NATURE & CRÉATION

vous propose...

Atelier Brain Gym

Reprise des cours le 13 Sept

Lundi Penvenan 10h30 / 11h45
Mardi La Roche Jaune 18h15 / 19h30
Mercredi Lannion 18h15 / 19h30
Jeudi Coatreven 18h15 / 19h30

Adhésion annuelle à l'association 12,00 €
1 atelier 14,00 €
Forfait 10 ateliers 120,00 €
Forfait année 270,00 € (3X90€)



Apporter un coussin, tapis de sol, bouteille d'eau.

Activité encadrée par Laurence Grégori
Renseignements et inscriptions auprès de Laurence
Tél : 06 82 08 90 41
Email : ladouceurdesoie@gmail.com



NATURE &
CRÉATION

www.natureetcreation.org

NATURE & CRÉATION

vous propose...

Atelier Brain Gym

**Le mouvement est essentiel pour tous
à tous les âges !**

Le brain Gym nous invite à utiliser notre énergie avec justesse afin de vivre en harmonie dans les 3 dimensions spatiales:

Physique / organisation / compréhension
Emotionnelle / centrage / présence à soi
Psychique / cognitive / communication

Pourquoi ?

Renforcer et développer de nouvelles compétences, lecture, écriture, expression orale, équilibre, mémoire, souplesse, vitalité.

**Le plaisir d'apprendre en mouvement, et
d'éveiller sa curiosité !**



NATURE &
CRÉATION

www.natureetcreation.org