**Les exercices de santé : quand le corps et l’esprit se tiennent la main.**

**Respiration**

***Amorcer, entretenir et renforcer les capacités physiques, mentales et sociales.***

**Mouvement Conscience**

***Pratique d'exercices de santé:***

*Les mardis de 17.30 à 18.30H*

*Les mercredis de 10 à11 H.*

*Lieu: L'Atelier 11 Av Altenkessel. Coucy Le Château.*

*Praticiennes: Laurence Dabsalmont*

*Pascale Prodhon  (ponctuellement)*

*Contact par mail ou Lô:*

[*etreetpartage@gmail.com*](mailto:etreetpartage@gmail.com)

*06.41.68.47.63*