

SAISON 2011 - 2012

Au FOYER RURAL DE DAMPIERRE
&
A l'Espace MAIPAI-EQUILIBRE

Méthode FELDENKRAIS

Prise de Conscience par le Mouvement
Cours hebdomadaires
&
Stages

Intégration Fonctionnelle sur RDV
séance individuelle personnalisée

FITNESS

« Gym à la carte »

step - stretching - abdos sans risques
barre au sol - Pilates

Cours hebdomadaires

MASSAGE THAI TRADITIONNEL

Réflexologie Plantaire

Massage facial et crânien

Vanda THIEFFRY

Certifiée International-Feldenkrais
Touch Line & mass.Thai traditionnel BEES

Espace MaiPai-Equilibre

9 bis rue de la Brèche

78720 Dampierre

01 30 47 57 80 / maipai@orange.fr

www.maipai-equilibre.fr

Au FOYER RURAL

COURS HEBDOMADAIRES (sauf pendant les vacances scolaires)

LUNDI : 10 h - 11 h et 19 h - 20 h : FITNESS « gym à la carte »

11 h - 12 h et 20 h - 21 h : PCM méthode FELDENKRAIS

STAGES méthode FELDENKRAIS :

les DIMANCHES 20 novembre / 5 février / 8 mai de 9 h 30 à 13 h

à l'espace MAIPAI-EQUILIBRE : sur RDV

Méthode FELDENKRAIS Massage THAI TRADITIONNEL

... intégration Fonctionnelle (IF) ... massage Thai Traditionnel ...
... réflexologie plantaire ... massage facial et crânien ...

IF : Intégration Fonctionnelle. Ce travail personnalisé avec les ENFANTS et les ADULTES est bénéfique dans les domaines de la santé et de la prévention. Je reçois aussi bien des personnes atteintes de troubles neuro moteurs, d'autisme, de dyspraxie..., mais aussi de dyslexie,... celles souffrant de douleurs chroniques de dos, de genoux, d'épaules etc... . ainsi que dans les domaines artistiques et sportifs, des danseurs, sportifs de haut niveau, musiciens, chanteurs lyriques..., des personnes stressées, dépressives, en thérapie lourde ou plus simplement en quête de plus de confort sur les plans fonctionnels, expressifs et créatifs.