Cours hebdomadaire
De 65 ans jusqu'à l'infini de l'Age.

Etablir et renforcer le tissage entre les prouesses dynamiques du Corps et la plasticité du système nerveux favorisant l'ajustement du geste.
Travail d'équilibre, de coordination, de liens entre les organes des sens (œil, oreille) et l'ajustement du mouvement.

Retrouver et entretenir des capacités à se relever du sol, à intensifier certains muscles comme le quadriceps qui assure la stabilité verticale, et maintenir ainsi un élan et un plaisir de la Vie.
Ce travail corporel renforce et stabilise les fonctions cognitives (mémorisation, attention, concentration…)

Christine Wahl

VILLENEUVE D'ASCQ
A l'Espace « Le Corps en Poésie »
27 Rue du Carrousel
2ème étage
59650 Villeneuve d'Ascq

Le mardi
11h15/12h15

Début des cours le
24 septembre 2024
Pas de cous pendant les vacances scolaires.

Coût : 90€/trimestre.
Inscriptions :
atelier.christinewahl@gmail.com
Renseignements possibles au 0662437121

Renseignements pédagogiques : Christine Wahl - tél : 06 10 82 72 17
Renseignements administratifs : Carole NICOLAS - tél : 06 62 43 71 21ou par mail : **atelier.christinewahl@gmail.com**