

# FELDENKRAIS SUR WISSEMBOURG

*Ouvert à tous les adhérents France Parkinson, à jour de leur adhésion*

## QUAND ?

Le 2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> mercredi du mois de 14h30 à 15h30

*La tenue des séances est répertoriée sur le calendrier du mois sous la rubrique « Calendriers des Activités » du site internet du Comité 67 (<https://www.franceparkinson.fr/comite-67/>). Consultez-le régulièrement.*

## OÙ ?

Maison des Associations et des Services – 2 rue du Tribunal - WISSEMBOURG.

## DESCRIPTION :

La Méthode Feldenkrais utilise le mouvement comme mode d'apprentissage et de connaissance de soi

En utilisant la capacité du système nerveux à se réorganiser, la méthode Feldenkrais est particulièrement efficace pour améliorer nos facultés à bouger avec aisance et moins d'effort. Des améliorations considérables se font rapidement sentir dans les postures, l'équilibre, la coordination, la flexibilité et le bien-être général.

Les leçons de la méthode aident à diminuer les douleurs et les tensions, à gagner en souplesse et stabilité, à améliorer la coordination des mouvements, à éveiller les sens et à trouver plus de vitalité.

Les séances sont dispensées par Agathe, BeHarmonie, formée spécifiquement à cette méthode au Centre Feldenkrais Cantal à Aurillac.

## TARIFS :

150 €/an, [une séance découverte offerte](#)

2 possibilités de paiement :

1. Règlement en 1 fois (1 chèque de 100 € encaissé en janvier)
2. Règlement en 2 fois (2 chèques de 50 € encaissés en janvier et juillet)

## PÉRIODICITÉ :

24 séances

## CONTACT POUR L'INSCRIPTION :

Référent : Jean-Luc PETIT - [① 06 07 58 90 84](tel:0607589084)

[2 liens vers des vidéos explicatives](#)

[La méthode Feldenkrais™ : Explorer l'inhabituel](#)

[Reportage sur le Feldenkrais dans  
Télématin sur France 2](#)

## PHOTO :

