



ATELIER MISE EN MOUVEMENTS

Tous les
vendredis de
14h à 15h30

Avec Séverine :
comédienne,
psychomotricienne
et danseuse

Pourquoi y participer ?

Participer vous permettra de vous reconnecter à votre corps.

Quelle est la durée d'une séance ?

L'atelier durera 1h30.

Est-ce que c'est de la danse ?

Attention, ce ne sont pas des séances de danse, dans le sens où vous n'apprenez pas une chorégraphie.

Comment y participer ?

Les séances vous sont ouvertes suite à une prescription médicale au sein de la Maison des Femmes à Tours.

Que dois-je apporter ?

Apportez une tenue confortable.



Je ne suis pas sportive, puis-je venir ?

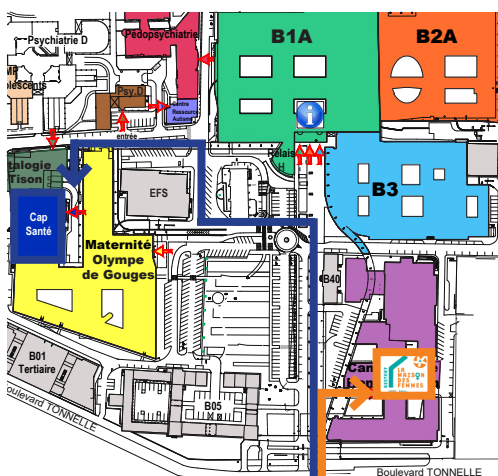
BIEN SÛR ! Les séances hebdomadaires sont adaptées aux personnes non-sportives.

Suis-je obligée de participer à un exercice ?

Les exercices présentés durant la séance ne sont pas obligatoires.

Où se trouve les ateliers ?

Bâtiment CAP Santé à l'hôpital Bretonneau.



Pour plus
d'informations,
appelez la Maison des
Femmes au
02 47 47 46 00

Ouvert
du lundi au vendredi
de 9h00 à 17h00

