

**TONICITE ET EQUILIBRE MUSCULAIRE
SENSATION DE SON CORPS
CENTRE ET AXE**



GYM DOUCE STRETCHING MOUVEMENT

1ER COURS GRATUIT

En lien à un parcours de danseuse contemporaine, j'enseigne la gym douce depuis 25 ans. J'y intègre des éléments de yoga, d'aïkido et de techniques somatiques. Je vous propose un travail personnalisé pour une meilleure aisance, un ressourcement corporel et psychique.

Sylvie Dorembus

**BUTTE SAINTE-ANNE
LE DIX - NANTES
10 PLACE DES GARENNES**

**QUARTIER COMMERCE
L'ESTRAN - NANTES
9 ALLÉE DE L'ÎLE GLORIETTE**

06 15 43 14 38 - www.sylvie-dorembus.fr



**GYM DOUCE
STRETCHING
MOUVEMENT**



DÉBUT DES COURS LE 14/09/20
LUNDI & VENDREDI 10H-11H30
MARDI & MERCREDI 18H30-20H

LE TRIMESTRE : 109 € - 1 cours par semaine
158€ - 2 ou 3 cours par semaine
L'ANNÉE : 276 € - 1 cours par semaine
393 € - 2 ou 3 cours par semaine

(+ 15 euros à l'association 2 Kai Oche)

STAGES LES DIMANCHES 10H - 13H

4 OCTOBRE / 8 NOVEMBRE
13 DECEMBRE 2020 /
10 JANVIER / 14 FÉVRIER / 14 MARS
11 AVRIL 2021

38 € LE STAGE - 70 € LES 2

1ER COURS GRATUIT

**BUTTE SAINTE-ANNE
LE DIX - NANTES
10 PLACE DES GARENNES**

**QUARTIER COMMERCE
L'ESTRAN - NANTES
9 ALLÉE DE L'ÎLE GLORIETTE**

06 15 43 14 38 - www.sylvie-dorembus.fr