

Programme été 2025

à Genève



« La chenille est parfaite à son stade de chenille ... mais un autre stade de perfection sera atteint lorsqu'elle deviendra papillon »

Les classes de mouvement corporel

Les classes d'été peuvent se vivre à la carte en fonction de vos désirs et de vos disponibilités. Chaque classe a un thème précis et dure 1h15.

Dès le 15 septembre (après le jeûne genevois), les séries de classes reprendront.

THÈME	Lundi à 9h30	Mardi ou Mercredi à 18h30
Les hanches		Mardi 1 ^{er} juillet
Les épaules	<i>Stage intensif</i>	Mercredi 9 juillet
Le thorax & les bras	Le 14 juillet	Mercredi 16 juillet
Avant / arrière du corps	Le 28 juillet	Mardi 29 juillet
Voyage dans les articulations	Le 4 août	Mercredi 6 août
La colonne vertébrale & le muscle « Multifidus »	Le 18 août	Mercredi 20 août
Les hanches, le bassin & le périnée	Le 25 août	<i>Stage intensif</i>
Voyage dans notre fascia	Le 1er sept.	Mercredi 3 septembre
Le dos	Le 8 sept.	Mardi 9 septembre

Coût : **CHF 30 / séance**

Conditions d'inscription :

- les inscriptions sont prises par ordre d'arrivée,
- les inscriptions se font par téléphone, par e-mail, par voie orale et vous recevez de ma part une confirmation (écrite ou orale),
- pour les soirées, journées et stages, le nombre minimum d'inscriptions est de 5 personnes,
- **le règlement se fait à l'inscription, en espèces ou par BV,**
- si un participant ne se présente pas sans me prévenir à une classe, à une soirée ou à une journée de mouvement à laquelle il est inscrit, le règlement reste dû,
- en cas de désistement à une classe ou à une soirée, moins de 24 heures à l'avance, le règlement reste dû,
- en cas de désistement à une journée ou à un stage, moins d'une semaine avant son début, le règlement reste dû,
- si un participant cesse le stage en cours de semaine, le règlement reste dû pour la totalité,
- en cas d'annulation d'une classe, d'un stage, d'une soirée ou d'une journée, je vous rembourse au plus vite.