

# Atelier de mouvements corporels

Approche MLC© – Méthode de Libération des Cuirasses

Ces ateliers permettent d'aller délier et dénouer son corps,  
de retrouver plus d'espace et plus d'aisance  
par le mouvement corporel.  
Ils s'adressent à tout le monde.

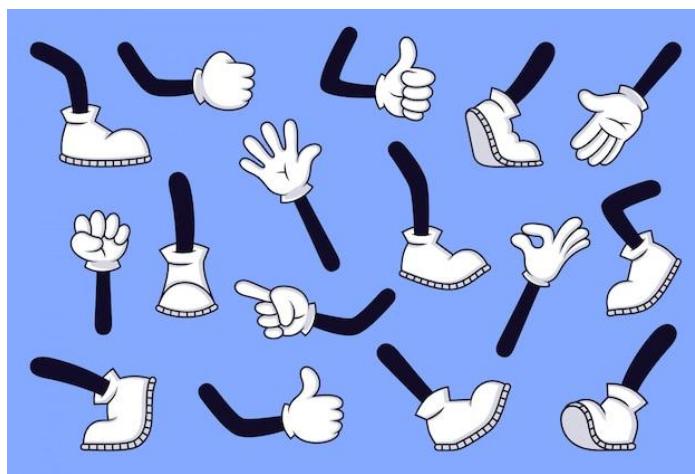
**Samedi 25 avril**

de **9h30 à 12h**

**Thème : « mes jambes & mes bras »**  
*pour déployer mon mouvement*

**sur place, par zoom ou par audio\***

(merci de préciser lors de votre inscription)



## Descriptif de l'atelier :

Dans une suite logique de la matinée consacrée aux hanches et aux épaules, je vous propose une matinée dédiée aux jambes et aux bras.

Les **jambes** correspondent à notre capacité à **avancer**, à aller vers le changement et vers de nouvelles expériences.

Les **bras** représentent notre **capacité à accueillir les expériences de la vie**, notre capacité à donner/recevoir, à entrer en **contact**, à agir et à exprimer notre **créativité**.

Par des mouvements corporels adéquats, nous irons libérer les tensions de nos membres supérieurs et inférieurs afin de permettre à notre énergie profonde de se déployer jusque dans la matière afin qu'il puisse y avoir concrétisation.

Pour des informations complémentaires : <https://florence-etienne.ch/>

Au plaisir de partager ce temps avec vous  
Florence

\* si vous optez pour la séance « audio », vous recevrez l'enregistrement le lendemain et vous pratiquerez quand vous le voulez.

Florence Etienne  
Thérapeute corporel  
4, av. Jules-Crosnier / 1206 Genève – CH  
+41794454670