



# Bléré

# Le Bien-être

## en mouvement

### Salle Lorillard et Petit Dojo

Place saint iulien ou rue de la serine à Bléré  
parking face à la piscine côté boulangerie



14h40 et 16h50

**Méthode Feldenkrais\***  
Elisabeth MERCIER



14h40 et 16h10

**Méthode 3C**

Françoise JOGUET



14h et 16h10

**Qi-Gong**

Isabelle DENIS

## Ateliers découverte



17h30

**Yoga du son**

René BERTRON



14h et 16h50

**Pilates**

Viviane SIMONE

15h20 à 16h : **Café Débat :**

Qu'est ce qui nous nourrit : L'alimentation ? Le mouvement ? Les Echanges ?

# DIMANCHE 10 JUIN 2018

## DE 14H à 18H30

Avec la participation du magasin **CENTHE 37**

**Entrée : 5€/ famille au profit de la Gym 'Après Cancer**

**Contacts:** gymvolontaire037255@epgv.fr / 06 72 79 04 81

\*\*crédit photos : FeldenkraisFrance



Gym.Volontaire  
et Marche  
Bléré  
Val de Cher

