



# STAGE

Dimanche 26 Janvier 2025

## Marche autour du centre

Marche combinée avec un des mouvements ciblé sur la rate

Le matin de 10h à 13h

## Tuishou

Initiation à la poussée des mains : apprendre à se connecter à l'autre et à soi même

L'après-midi de 14h à 17h

dispensé par **Fabienne LACROIX**

Salle de l'arbre vert

rue Robert Schumann à Marcq-en-Baroeul

Pause méridienne d'1 heure sur place - pique-nique à apporter.

Tarif : Adhérent (FAO & WXD) : 35 € la journée et 20€ la 1/2 journée -

Extérieurs : 45 € la journée et 25 € la 1/2 journée.

**Inscription et règlement impérativement AVANT LE 18/01/25**

auprès de Mme Courtès : [ch.mh.courtes@gmail.com](mailto:ch.mh.courtes@gmail.com) - 06 49 38 23 00 ou lors des cours.

Paiement par virement à Face à l'ombre ou par défaut par chèque à l'ordre de Face à l'Ombre.