



Gymnastique Bothmer® - Jessie Delage

## COURS et STAGES

### Programme 2024

Il s'agit d'approfondir la relation de son corps à l'espace qui s'organise en trois dimensions : haut et bas, droite et gauche, avant et arrière, en éprouvant son action sur la posture et le mouvement. Les séances sont fondées essentiellement sur la pratique des exercices que Bothmer a mis en place pour accompagner le développement de l'enfant et de l'adulte.

#### A Paris

##### Journées ou demi-journées de pratique

Dans le 6° arrondissement au 2 rue de la Grande Chaumière :

- jeudi 8 février de 10h à 14h
- lundi 18 mars de 10h à 17h
- jeudi 18 avril de 10h à 17h
- lundi 13 mai de 10h à 17h
- lundi 24 juin de 10h à 17h

#### En Dordogne

##### Stage : week end du 19 au 21 avril

**Dates** : 19 avril (18h-20h), 20 avril (9h30-17h), 21 avril (9h30-13h)

**Lieu** : 24290 Saint Léon sur Vézère

**Tarif** : 200€.

Hébergement non prévu, mais possible sur demande auprès de Claude au 07 86 89 16 86

#### Inscriptions

Elles se font par courrier, téléphone ou courriel.

Jessie Delage – 6 rue de Candie – 75011 Paris

Tél : 06 73 20 14 43

*jessie.delage@posteo.net*