

# ATELIER SANTE

## Dates 2025-2026

Proposé par Emma Reyssent  
et Philippe Duverger

*Les ateliers santés ou mille et une  
façon de connaître son corps et de  
prendre soin de soi*

18/10 Atelier Respiration, Diaphragme et Mouvement

08/11 Atelier Ventre et Digestif

06/12 Atelier Dorsales et Cervicales

17/01 Atelier Respiration et Régulation du stress

07/02 Atelier Bassin et Lombaires

14/03 Atelier Posture, Fascia et Réflexe

PRIX: 50 euros

DUREE: 3H sur un samedi matin

Réservation par sms 0681149840

Ou par mail [emmareyssent@gmail.com](mailto:emmareyssent@gmail.com)

