



Le programme « *Bones for Life-Des Os pour la Vie*[®] »
inspiré des principes d'éducation somatique de la méthode Feldenkrais^{md}

BOUGER AUTREMENT

pour prendre conscience
de son corps par le mouvement,
retrouver un alignement optimal de la posture
et un rythme de marche souple, fluide et efficace

Hélène Lévesque 418-732-4466
helenelevesque@optionmouvement.com

FORMATION PROFESSIONNELLE :

Unique au Québec, une formation professionnelle est offerte à Rimouski, aux professionnels de la santé, de l'éducation et des arts du mouvement, pour devenir professeurs certifiés du programme. Consultez le site web : www.optionmouvement.com