

L'enseignante : Maguelonne DUMOULIN

Musicienne et enseignante certifiée de la Méthode Feldenkrais, elle enseigne depuis plus de 10 ans sur Tours et alentours.

Depuis maintenant 5 ans au Centre Social Camille Claudel, elle accompagne chaque participant.e dans la prise de conscience de son potentiel de mouvement, et aide à affiner l'écoute de soi.

Grâce à cette écoute, chaque participant.e est invité.e à sentir plus précisément la forme de ses articulations squelettiques, ce qui amène de la qualité de mouvement dans le quotidien.

La Méthode FeldenkraisTM est une méthode innovante qui tend au développement et à l'amélioration du corps en mouvement. Les enseignantsTM sont formés en 4 ans et certifiés selon des normes internationales.

**TROUVER SES APPUIS
POUR MIEUX BOUGER**
Méthode FeldenkraisTM

Connaissance de soi par le mouvement

Chaque Vendredi de 18h30 à 19h30
Début des cours le Vendredi 11 Septembre

**CENTRE SOCIAL CAMILLE CLAUDEL
DE LA VILLE AUX DAMES**

23 Avenue Marie Curie
37700 La Ville Aux Dames



Dans ces cours, vous apprendrez à améliorer votre capacité d'action.

Des pieds au bassin, en passant par la cage thoracique,, nous verrons comment mettre en lien toutes ces différentes parties de nous, au service d'un meilleur usage de soi.

De Septembre 2026 à Juin 2027, notre groupe se retrouvera dans les locaux du Centre Social de La Ville aux Dames.

En développant une écoute fine de vous en mouvement, vous préciserez votre façon d'agir.

Inscriptions : au Centre social de La Ville aux Dames
Cours hebdo : 200€/an-
accueil@camilleclaudel.fr – 02.47.32.03.99 –
www.camilleclaudel.fr

Le petit plus :

Pour tous les élèves, une séance individuelle offerte
(Sur St Pierre des Corps)

Apporter :

- Un tapis de gym
- Un grand tissu à poser dessus
- Chaussettes chaudes + couverture
- Serviette de bain (en guise de support modulable)

Venir en tenue souple et confortable. Possibilité de se changer sur place

Coordonnées enseignante pour plus d'infos :
06 84 39 42 14- maguelonnem@free.fr
Site : <https://www.pianofeldenkrais.com/>

