



SOIRÉE DÉCOUVERTE LA VOIE DES MAINS

QUAND : Mardi 22 janvier 2019
HEURE : 18 h à 19 h
OÙ : Loisirs Montcalm, salle 204
COÛT : Gratuit
MAXIMUM : 20 personnes

La voie des mains, c'est une nouvelle discipline de bien-être, fondée sur des enchaînements lents de postures et de mouvements de mains, guidée par un enseignant.

Cet atelier s'adresse à ceux et à celles qui recherchent le bien-être par l'apaisement des tensions et des agitations quotidiennes.

INSCRIPTION OBLIGATOIRE

PAR INTERNET www.loisirmsontcalm.qc.ca ou en personne.