

Découvrez l'auto-Massage

Le DO-IN



Le Do-In (auto-shiatsu) est une technique japonaise combinant l'automassage sur des points d'acupuncture, mêlés à des exercices de respiration et de relaxation, pour allier régénération du corps et détente profonde.

Le jeudi 2 février 2023 de 9h30 à 11h

A MUNDOLSHEIM

Animé par Mme Stéphanie DAL, naturopathe

Atelier réservé aux plus de 55 ans : 10 personnes maximum

Participation financière de 5€/personne/séance

Sur Inscription au CIAS

03.88.64.78.04 ou animation@cias-vendenheim.fr