



l'association PARENTHÈSE

vous propose du **DO IN**

Le bien-être à portée de main accessible à tous :

respiration, étirements, auto massage

Pratiquée régulièrement, cette technique japonaise issue des enseignements millénaires de la Médecine Traditionnelle Chinoise vous aidera à libérer les tensions de votre corps, tant physiques qu'émotionnelles.

• Les bienfaits du Do In

Les bienfaits du Do In sont très nombreux, vous pouvez le pratiquer pour :

- Apaiser les troubles liés à votre système digestif
- Remédier aux tensions liées au quotidien
- Etre en forme dès le matin et tout au long de la journée
- Soulager les symptômes liés à la grossesse comme la fatigue et les jambes lourdes
- Retrouver la forme après une maladie, une opération, un accident
- Surmonter votre stress, notamment lors événements importants comme des examens
- Vous détendre dans les transports
- Soulager les maux de tête
- Combattre les difficultés à s'endormir
- Réguler la prise de poids
- Retrouver votre vitalité



Extrait d'un article

**passeport
santé**

**Apportez
des bienfaits
à votre corps
et
à votre esprit**

**Une séance
OFFERTE
sur réservation**

ATELIERS de 14 personnes maximum

**Vous voulez nous rejoindre,
il y a peu de places, pensez à réserver la vôtre
en nous contactant...**

MERCREDI : 18h-19h ou 19h15-20h15

Salle du presbytère à SAINT-MORILLON

Les tarifs restent inchangés : Adhésion annuelle à l'association : 10 €

1 atelier par semaine :

*** en fonction des places disponibles

A l'année 180€ (1 ou 3 chèques)
famille 2ème atelier -10% ; 3ème - 15%

Au trimestre ***
70 €

A la séance ***
8 €

Pour tout renseignement vous pouvez contacter la Présidente : Catherine ROUGLAN au 06 79 55 69 98
ou l'animatrice : Anne BROCA – Spécialiste en Shiatsu - au 06 87 94 88 94
Mail : asso.parenthese@orange.fr