

DEVENIR LÉGER ET TONIQUE EN MARCHANT

Au cœur de la forêt de Brocéliande, **Le Moulin de la Houssaie**, lieu de ressourcement et d'inspiration, terre d'Eveil où la magie opère. C'est dans ce lieu apaisant que Diana et Julien vous accueillent dans leur Moulin – une magnifique bâtisse ancienne datant du 17ème siècle, entièrement rénové dans le respect de l'environnement. Un domaine de 2 hectares avec étang et prairies, entouré de chênes centenaires, alliant la chaleur des bois anciens, la pierre à la modernité. Confort, originalité et authenticité. Au Moulin venez vous reposer et explorer les lieux de légendes du pays de Brocéliande.

Une belle salle vous accueillera pour les **quatre cours Feldenkrais journaliers**, couchés, assis, debout... pour découvrir la liberté et la clarté de nos articulations qui jouent un rôle primordial dans l'équilibre et la tonicité de la marche.

Après le déjeuner: **balade journalière** d'environ une heure .
Balades légères pour personnes en difficulté .

Une promenade en forêt avec Marie Tanneux, conteuse.
Elle nous révélera les mystères et légendes de Brocéliande .



Du 2 au 8 Août 2023

*De belles balades et des cours
de la **Méthode Feldenkrais™***

*avec **Mickaëlle Acke**,
praticienne certifiée.*