

**Cloé LE GOIC**  
**enseignante méthode Bates**  
**et technique Alexander**

**Ateliers de la méthode Bates à PLUFUR**  
**à l'écolieu de Kerzello**  
**avec l'association Dynamie**

2 séances de la méthode Bates  
les samedis 22 mai et 19 juin  
de 10h à 13h

Cette série d'ateliers en petit groupe permettra de découvrir ou approfondir les bienfaits de la méthode, d'acquérir des pratiques de relaxation et de nouvelles manières d'utiliser ses yeux, pour prévenir ou soulager les problèmes de vue.

Ces ateliers permettront d'apprendre et expérimenter les outils pour améliorer sa vision, sa posture et poser ses lunettes .

Elles s'adressent à des personnes souhaitant approfondir leur travail avec leurs yeux ou aux débutants.

Participation :  
à la séance : 30€  
25€ la séance pour les personnes ayant déjà suivi des ateliers

Merci de renvoyer la feuille par mail à [cloe.legoic@gmail.com](mailto:cloe.legoic@gmail.com)  
ou téléphoner au 06 34 69 31 01

Nom: .....

Prénom: .....

Date de naissance: .....

Adresse:

.....

Courriel: .....

Téléphone.....

Comment avez vous eu connaissance de cet atelier ?

.....

Préciser si vous le souhaitez vos préoccupations par rapport à vos yeux.....

.....

.....

J'accepte de recevoir les informations de l'association Dynamie : oui - non

Directions pour venir sur <https://www.dynamiepermaculture.com/>