



HÉBERGEMENT

Hôtellerie Franciscaine
Chambres simples et doubles
avec WC/douche
www.hotellerie-franciscaine.ch



PARTICIPANT-E-S (PROCHES INCLUS)

Max. 7



NOS PRESTATIONS

- Hébergement en pension complète
- Encadrement adapté, physiothérapeute, praticien en coordination respiratoire MDH
- Programme d'animations

Non compris

- Frais de déplacement jusqu'au lieu de séjour et retour
- Boissons et en-cas pris en dehors des repas



PRIX PAR PERSONNE

Membres ASPr-SVG

CHF 650.00

Autres

CHF 800.00



DÉLAI D'INSCRIPTION

31.03.2022

**CONTACTEZ-NOUS SI VOUS RECEVEZ
DES PRESTATIONS COMPLÉMEN-
TAIRES**

BIEN-ÊTRE

Coordination respiratoire et bien-être

Saint-Maurice VS

15.05. au 20.05.2022

DIRECTION

Pierre Schwab, 032 731 81 45 ou 078 808 71 07

CONTENU DU COURS

Mieux respirer pour mieux vivre!

Vous souhaitez améliorer votre fonction respiratoire? Venez approfondir la méthode de «coordination respiratoire MDH», reconnue pour ses bienfaits et dont le but est de redévelopper et de renforcer le diaphragme.

Découvrez le programme:

- Initiation théorique à la méthode de respiration MDH
- Exercices pratiques
- Séances individuelles de respiration pour diminuer les tensions à l'origine des troubles respiratoires
- Contacts sociaux dans un environnement convivial