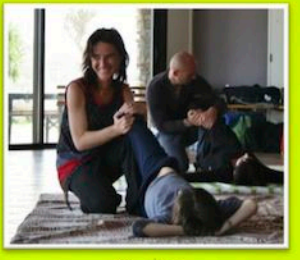
# Stage Wuo Tai

## Dimanche 23 Février 2014



Le Wùo tai est une technique proche du massage thaï, de la relaxation coréenne et de mouvements d'ostéopathie simples et dansés.
Il se pratique à deux, au sol, en musique, dans un échange de donner et de recevoir, tour à tour.
Le Wuo Tai permet d'entrer dans une profonde relaxation par la mise en mouvement et la ré-harmonisation des systèmes articulaires, musculaires, organiques.

## Ostéo-Danse, alliance de l'Ostéopatie et de la Danse

Il permet l'exploration simple de mouvements à travers des gestes et procure la détente profonde de l'ensemble du corps.
Pour l'un, entrer dans une danse en mobilisant le corps de l'autre dans des mouvements ronds...
Pour l'autre, ne rien faire, juste se laisser aller à recevoir cette impulsion dansée.

ekilibre
l'art de bouger autrement

*Ce stage est ouvert aux débutants*

*Le Wuo Tai ne nécessite aucune condition physique particulière et se pratique à tout âge.*

*L'apprentissage des gestes se fait avec progressivité, tenant compte de la capacité de chaque participant à entrer dans le mouvement.*

*Vous pouvez déjeuner sur place avec un pique-nique collectifs et gourmand, partagé sorti du sac*

## Hyères

7 Av. Joseph Clotis

10h - 18h

Renseignements / Réservations

06 19 29 23 39

www.ekilibre.fr

contact@ekilibre.fr