

# LES ATELIERS DU CORPS



25 ans d'expérience au service du mouvement au travers de l'enseignement du sport, de la danse, du mouvement et du bien-être.

**Ateliers de groupe et individuels**

Bien-être

Relaxation

Équilibre



CONTACT : 06 60 84 96 15 | [dansencorps@yahoo.fr](mailto:dansencorps@yahoo.fr)



# Prestations & Tarifs

## ATELIERS EN GROUPE | Mouvement dansé et relaxation

**Objectif :** créer du lien, en évoluant avec un mouvement singulier. Se sentir à la fois détendu et animé d'un dynamisme tranquille.

Aucune expérience de danse requise. 10 personnes maximum par groupe.



**Temps de présence en entreprise :** 1h30 / semaine

à partir de 1 170€ pour 3 mois\*

## Massage et relaxation | ATELIERS INDIVIDUELS



à partir de 1 950€ pour 3 mois\*

### RELAXATION CORÉENNE

Relâcher le poids du corps, avec la respiration coordonnée, des vibrations et balancement pour se détendre profondément.

Séances de 40min

**Temps de présence en entreprise :** 1h30 / semaine

### REFLEXOLOGIE PLANTAIRE ou MASSAGE ASSIS

Massage de la voûte plantaire jusqu'au genou.

ou

Massage du sommet de la tête jusqu'au bas du dos, ainsi que des bras et des mains.

Séances de 40min.

**Temps de présence en entreprise :** 1h30 / semaine



à partir de 1 820€ pour 3 mois\*

\*Tarifs calculés sur la base d'une fois par semaine pendant 13 semaines. TVA non applicable.