



Le Stretching Global Actif de Philippe Souchard

Namur : 08-09-10 novembre 2019



Le **STRETCHING GLOBAL ACTIF** est une méthode originale d'étirement qui se différencie du stretching classique par la prise en compte de la globalité, de la respiration, de l'étirement du muscle dans les 3 plans de l'espace, la correction des compensations, la contraction du muscle dans sa position d'excentricité.

Cette façon d'étirer est née de la méthode de «**REEDUCATION POSTURALE GLOBALE**» (PH. SOUCHARD) dont elle respecte tous les principes. Elle est appliquée dans le sport de haut niveau. Cette formation de 3 jours donne la capacité de diriger des groupes avec le respect de ces règles. Voir la description de la formation sur le site : www.andremuriel.be ou sur le site de l'association belge de RPG: www.kine-rpg.be



Les chèques-
formations
sont valables

Renseignements et inscriptions :

Muriel ANDRE • Tél. : 0477 26 80 25 • E-mail : murielandre.kine@yahoo.fr • Site : www.kine-rpg.be
ou sur le site de l'association: RPG Belgique - Site officiel de l'association belge de RPG® dans la rubrique agenda