

MARS

23

9h00 à 11h30

[www.level-fit.club](http://www.level-fit.club)

Rte André Piller

33G

1762 Givisiez

# STAGE

# YOGA FEETUP®

## Tonia Schilling



LE **FEETUP**® EST UN TABOURET D'INVERSION QUI OFFRE UNE FACILITÉ RÉVOLUTIONNAIRE POUR PROFITER EN TOUTE SÉCURITÉ DES BÉNÉFICES DES INVERSIONS. OUTIL EXTRAORDINAIRE DANS LE CAS DE TENSIONS DANS LA NUQUE ET LES ÉPAULES, LE **FEETUP**® TRAVAILLE LA STABILITÉ DU CENTRE DU CORPS, DÉVELOPPE LA CONSCIENCE DES AXES ET DES ALIGNEMENTS ET OUVRE LITTÉRALEMENT DES NOUVELLES PERSPECTIVES DU TRAVAIL AVEC LE CORPS.

# LEVEL

INSCRIVEZ-VOUS DÈS QUE POSSIBLE CAR LE  
NOMBRE DE PLACES EST TRÈS LIMITÉ  
INSCRIPTION 49.- ET 39.- POUR LES NINJAS LEVEL