



# Il était une fois, le bassin des pieds à la tête

Vous voulez connaître la suite de l'histoire ?

**Les 8,9 & 10 juillet 2023**

Je vous propose 3 journées pour l'écrire ensemble

## Découvrir les personnages

- Qui est le bassin ? Sa carte d'identité
- Ses os, ses articulations, ses ligaments, ses muscles et ses organes
- Ses rôles, son fonctionnement mécanique
- Ses relations avec le voisinage proche
- Ses relations à distance

## Apprendre comment différents personnages sont reliés entre eux

- Avec du mouvement pour repérer et développer nos sensations osseuses et musculaires
- Avec de l'anatomie et de la physiologie afin d'acquérir des connaissances précises
- Avec de la pédagogie pour pouvoir à notre tour raconter des histoires autour du bassin

## Inventer nos histoires

- Pour détendre ou renforcer la musculature du bassin
- Pour expérimenter toutes les mobilités possibles
- Pour adapter les exercices aux capacités de chacun
- Pour adapter les exercices selon nos pratiques corporelles, sportives ou artistiques

Nous serons accompagnés de quelques squelettes, de divers livres d'anatomie  
Séances de travail pratique et théorique alterneront auxquelles s'ajouteront  
des temps de prise de notes pour que chacun reparte avec son histoire.

## Détails pratiques :

- **Dates** : 8,9 & 10 juillet 2023
- **Lieu** : 12, rue Palaprat 31000. Toulouse
- **Durée** : 18 h
- **Horaires** : 9h /17h (avec quelques pauses restauration)
- **Tarif** : 240 €
- **Inscription** : par mail et confirmation par courrier accompagné d'un chèque de 80 € d'arrhes ou par virement bancaire (RIB à la demande)



**hélène lagouanelle**  
35, avenue Maignan - 31200 Toulouse  
06 12 78 75 29 / helene.lagouanelle@wanadoo.fr

*Entreprise individuelle*  
n° siret 429.310.345.00021 - code APE 8551 Z  
Adhérent à un centre de gestion agréé.