



Prévention et accompagnement musculaire, émotionnel et mental par une approche globale corporelle et holistique de l'Être. Peut-être suivi en parallèle par une rééducation auprès d'un ou une kiné spécialisée pour les musiciens, pour les sportifs ainsi que des séances d'Ostéopathie. (cf : références : Coralie Cousin et)

Musiciens Cordes

CYCLE MLC© thématique générale : clavicule-omoplates-nuque

Vents : bois et cuivres

Cycle MLC© 10 séances thématique : buste-visage-bouche-diaphragme

Chanteurs-Comédiens

Cycle MLC© 10 séances thématique oral-yeux. Diaphragme. « L'expression »

Danseurs

Cycle MLC© 10 séances thématique cheville-jambes-hanches-abdo

Préparation de concours

Séances suivant les besoins et le type de concours, en individuel seulement

Mvts MLC©, respiration, visualisation, mise en condition, programmation positive, échange possible et souhaité avec l'enseignant, équilibre cerveau droit cerveau gauche.