



30€

# SEANCE BIEN-ÊTRE DOS

Guidée par **Celia Delgado**, Coach certifiée et  
hypnothérapeute, **Méthode Feldenkrais**

## Des mouvements doux et lents pour :

- Retrouver une mobilité de la colonne vertébrale pour diminuer les contraintes et les douleurs dorsales.
- Améliorer la stabilité et le soutien postural sans effort excessif, grâce à une meilleure organisation du mouvement.
- Apprendre à prendre soin de votre dos durablement dans votre quotidien.



MARS 14 2026



ENTRE 14:30 ET 17:30

**Hikari Dojo,**  
16 bis Av Viton, 13009  
Marseille  
Tram-Hôpital St Marguerite

06.62.20.75.12

[c.delgado@tcpconsulting.cl](mailto:c.delgado@tcpconsulting.cl)