



# PORTE OUVERTES—Ateliers Gratuits

## Méthode Feldenkrais™ à Lyon

### Samedi 14 mars 2026 de 14h à 19h



**Les Praticiens de la Méthode Feldenkrais « Felden'Lyon » et  
l'Institut de Formation Feldenkrais vous invitent !**



**Lieu : Dojo Masséna  
88 rue Masséna Lyon 6e**

### Programme détaillé : 3 espaces 3 ambiances !

#### Hall du Dojo

Accueil, Dédicace du livre de Pascal Leloup, temps de pause dans le hall, informations pour trouver des praticiens et des cours, renseignements divers formation...

Espace de convivialité (*si possible apportez votre tasse pour thé / café*)

#### Dojo

- 14h Accueil et infos dans le hall
- 14h15 Présentation journée sur le thème « **Méthode Feldenkrais et nos sens** » IFELD/ Felden'Lyon
- 14h30 « **Apprivoisez vos yeux** » Pratique de groupe PCM, Prise de conscience par le mouvement, avec Pascal Leloup auteur du livre publié en 2025.
- 15h15 Questions du public et interview Pascal Leloup
- 15h45 **Démonstration commentée d'intégration fonctionnelle** Corinne Garcia Assistante Trainer avec Marion Chanoux praticienne. Découvrir le « toucher Feldenkrais »
- 16h30-17h Pause
- 17h **Lectures**, temps de questions, partage
- 17h30 **Voix en mouvement, Pratique de groupe** avec Christine Barrat Trainer, PCM Feldenkrais et voix, puis temps d'échanges
- 18h30 Table ronde de clôture
- 19h apéro partagé et temps d'échange entre les participants (*apportez quelque chose à partager, il y a un frigo disponible pour la conservation !*)

#### Salle de Yoga - 1er étage

Pratique de l'intégration fonctionnelle ( places limitées environ 10 par créneau - réservez en arrivant)

14h30

15h15

16h30

17h15

Apportez une serviette ou un plaid et une tenue confortable

**Inscription conseillée, évènement gratuit :  
Le mieux sur Weezevent:**

<https://my.weezevent.com/portes-ouvertes-methode-feldenkrais-14-mars-2026-feldenlyon-et-ifeld>  
ou

Indiquez votre nom– prénom par email à [conferencesfeldenkrais@gmail.com](mailto:conferencesfeldenkrais@gmail.com)

Consultez nos sites :

[www.ifeld.fr](http://www.ifeld.fr) rubrique Actualité  
[www.feldenkrais-lyon.org](http://www.feldenkrais-lyon.org)