

Bonjour à tous,

Déjà 8 semaines de confinement terminées que le temps passe vite, j'espère que ces 8 semaines se sont bien passées pour vous tous ainsi que vos proches. Et que chacun a pu continuer les séances de Stretching Postural avec les vidéos diffusées sur le site officiel www.stretching-postural.com.

MAINTENANT Attention au déconfinement soyez raisonnables ne relâchez pas et pensez bien Aux gestes barrières à la distanciation au port du masque et aux lavages de main.

Pour l'instant le temps est à la réflexion "au plan de reprise de la MJC" pour définir ce plan et le préparer au mieux nous avons aussi besoin de vous et je fais donc appel à vous tous, la démarche doit être collective.

Merci pour vos suggestions faites les passer sur le site de la MJC sur google www.mjc-rives accueil confiné en cliquant sur contact où là vous pourrez écrire un message ou sur <http://www.facebook.com/MjcRives>.

Merci d'avance pour vos suggestions elles seront les bienvenues.

En ce qui concerne votre séance de Stretching Postural comme je n'ai pas de scanner à la maison pour pouvoir vous transmettre des postures comme ma collègue Céline vous pouvez cliquer sur le « stretching postural avec Céline » devoir 4 et exécuter les postures présentées en attendant.

Bon travail

