



Annik Saunier - Praticienne en MLC© mouvements d'éveil corporel, massage thérapeutique classique et Tatwa Integrative Medicine©

« Vers une meilleure écoute des messages de notre corps »

Module de 8 séances MLC© de groupe

- les mercredis matins de 10h15 à 11h30

au Centre ITZA, rue de la Servette 23 à Genève (studio 2 au premier étage)

- du 28 octobre au 16 décembre 2026

Dates : 28 octobre, 4, 11, 18, 25 novembre, 2, 9 et 16 décembre 2026

Tarif : fr. 280.- (réduit fr. 240.- AVS, AI, étudiant.e.s, chômeur.se.s)

« Retrouver sa fluidité intérieure »

Module de 6 séances MLC© de groupe

- les jeudis matins de 10h15 à 11h30

au centre ITZA, rue de la Servette 23 à Genève (studio 2 au premier étage)

- du 12 novembre au 17 décembre 2026

Dates : 12, 19, 26 novembre, 3, 10 et 17 décembre 2026

Tarif : fr. 210.- (réduit : fr. 180.- AVS, AI, étudiant.e.s, chômeur.se.s, ..)

Ces deux modules nous emmènent vers une écoute plus fine des messages envoyés par notre corps afin de libérer petit à petit et en douceur certaines zones de douleur et de tensions qui bloquent la fluidité et la communication naturelle de nos différents systèmes intérieurs.

Il est compté dans une séance MLC© de groupe 15 mn d'échanges verbaux et 60 mn de pratique corporelle. Les cours manqués dans un module peuvent être rattrapés dans l'autre. Il est également possible de suivre des séances MLC© individuelles au Centre ITZA à Genève avec Annik.

Renseignements et inscriptions : www.anniksaunier.ch - +41 79 744 67 14