Virginie Strobbe



Prendre soin de son corps, c'est apprendre à mieux l'écouter et à l'habiter pleinement.

Je suis Virginie praticienne certifiée de la méthode Feldenkrais et professeur de danse jazz diplômée d'état, je vous accueille dans son studio cosy à Bangor pour des séances individuelles personnalisées et des séances en duo adaptées à vos besoins.

J'accompagne avec bienveillance toutes les personnes qui souhaitent retrouver une relation plus harmonieuse avec leur corps, améliorer leur posture, gagner en mobilité et cultiver un bien-être durable.
À travers des approches corporelles douces telles que la méthode Feldenkrais, le Postural Ball®, les abdos sans risque®, je vous propose un accompagnement personnalisé, respectueux de votre rythme et de vos besoins. Chaque séance est une invitation à explorer le mouvement autrement, à développer votre conscience corporelle et à retrouver plus de liberté, de stabilité et de confort au quotidien.
Ma démarche est de vous transmettre des outils simples et efficaces pour devenir acteur de votre bien-être, préserver votre santé et avancer dans chaque étape de votre vie avec plus d'aisance, d'énergie et de sérénité.

Parce qu'un corps écouté est un corps qui retrouve ses ressources et son équilibre.