



STRETCHING POSTURAL®

Enseignement – Formation – Méthode
Méthode Jean-Pierre MOREAU

22 avenue du Mesnil
94210 La Varenne Saint-Hilaire
Portable : 06 74 52 70 45
Mail : secretariat@stretching-postural.com

Association loi 1901
Siret : 384 959 938 000 34
Code APE : 8559 A
TVA : FR 573 849 599 38

CALENDRIER 2025

- 11 / 12 janvier 2025 Dosage et direction des forces / Timing pour réaliser une posture complète [Liliane / Lionel](#)
- 22 / 23 février 2025 Les respirations : Comprendre, démontrer et faire faire / Construction d'une séance en fonction des objectifs
[Laurence / Liliane](#)
- 8 / 9 mars 2025 Une même posture dans des positions différentes / Le travail abdominal et les contractions annexes [Laurence / Lionel](#)
- 5 / 6 avril 2025 Rôle fondamental du praticien: son regard et son discours / Les équilibres sur toutes ses formes et postures sur le ventre
[Laurence / Liliane](#)
- Formation initiale 7 au 11 mai 2025
- 24 / 25 mai 2025 **sp3** Comment améliorer ses positions au quotidien avec le SP® / Un public, une séance [Liliane / Lionel](#)
- 14/15 juin 2025 Structurer une séance / Chronologie du placement [Liliane / Lionel](#)
- 20 / 21 septembre 2025 Les pathologies à gérer au sein d'une séance collective / Début et fin de séance [Laurence / Lionel](#)
- 18 / 19 octobre 2025 Postures définies par la sensation / Postures spécifiques en fonction des morphologies [Laurence / Liliane](#)
- Formation initiale 29 octobre au 02 novembre 2025
- 6 / 7 décembre 2025 Les moyens : points fixes, illimités, tractions / Catalogue de postures [Laurence / Lionel](#)

*Pour s'inscrire au module **SP3**, il faut avoir terminé le **SP1** et obtenu la licence*