

# Cours collectifs de DO-IN

Retrouvez la forme, stimulez votre système immunitaire,  
apprenez à vous étirer, vous automasser et à vous relaxer

[www.evidemmentsoi.com](http://www.evidemmentsoi.com)  
Tél : 06 78 97 27 32

Qui  
suis-  
je ?

Je suis Adéline Gattefossé,  
Naturopathe, Praticienne Do-in et  
de techniques manuelles (shiatsu,  
drainage lymphatique, massage  
minceur) depuis plus de 13 ans.  
Je propose des rdv individuels à  
Milly la Forêt. Prise de rdv sur  
[crenolibre.fr](http://crenolibre.fr)

Le  
Do-in



*Technique d'automassage et de stretching issus de  
la médecine traditionnelle chinoise, qui travaille sur  
les méridiens d'acupuncture avec stimulation de la  
respiration, digestion, circulation sanguine et  
lymphatique*

En  
pratique

Où ? : salle Saint Joseph, 2 rue  
Félix Eboué, 91490 Milly la forêt

Quand ? 2 jeudis par mois

De 18H45 à 19H45

Tarif ?  
20 € le cours

Inscription

Inscription au 06 78 97 27 32 ou  
[adeline.gattefosse@gmail.com](mailto:adeline.gattefosse@gmail.com)

Venir avec son tapis, plaid et  
coussin

