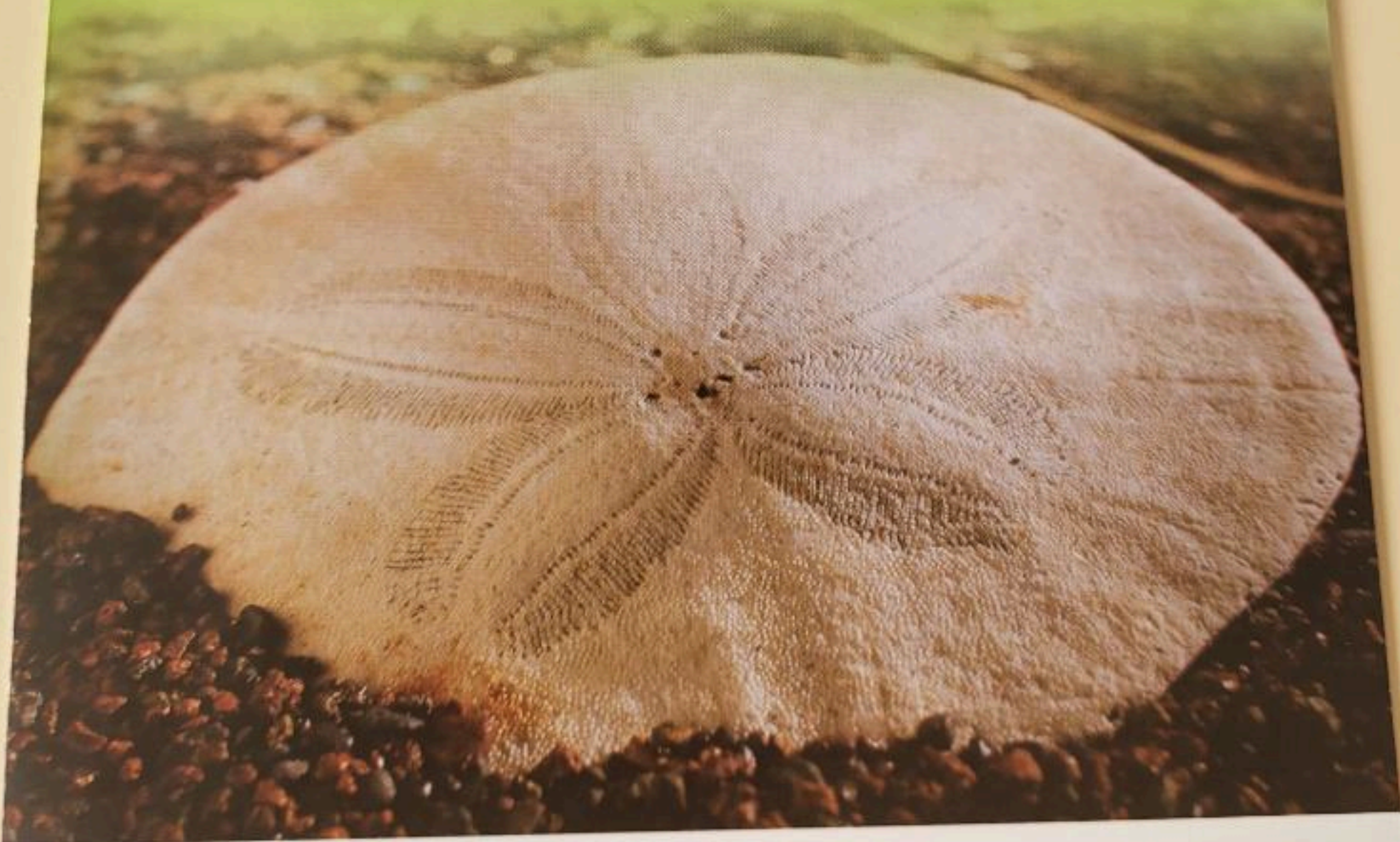


Ortho-Bionomy®



Marc LORRAIN

Praticien titulaire

Aujourd'hui, un grand nombre de personnes souffrent de tensions ostéo-musculaires qui affectent l'équilibre général du corps et de ses fonctions.

Les positions inadaptées répétées au quotidien, l'accumulation du stress, de la fatigue et le manque d'activité physique, souvent conjugués, engendrent le "mal au dos" ou un mal-être si fréquents.

L'**Ortho-Bionomy**[®], créée par **Arthur Lincoln Pauls** docteur en ostéopathie d'origine canadienne, est une approche éducative basée sur les principes de l'ostéopathie.

En écoutant le corps dans son unité, l'ortho-bionomy[®] nous amène à raviver le lien et la confiance en **nos propres facultés de correction spontanée.**

L'accompagnement se fait en proposant des **compressions en douceur** vers les zones tendues, favorisant leur détente, ou en suivant le corps dans ses mouvements d'ajustement, en **respectant toujours son rythme** et ses étapes d'intégration.

La posture générale, debout, assise, en marche et au travail, se régule et s'améliore de façon stable.

Le travail en Ortho-Bionomy[®] peut intervenir en accompagnement d'un suivi médical et ne peut s'y substituer.

Arthur Lincoln Pauls (1929 - 1997)

Docteur en ostéopathie d'origine canadienne, enseignant en Judo, développe dans les années 1970 les "Techniques Réflexes Graduelles".

En 1978, il crée l'Ortho-Bionomy® et participe à la fondation de la SOBI, "Society of Ortho-Bionomy® International" en Californie.

En 1981, il s'installe en Europe où il développe la méthode en Suisse, France, Italie et Allemagne.

Il propose en 1994 la création de l'OBEAT, "Association Européenne des Enseignants en Ortho-Bionomy®", garante actuelle de l'enseignement européen commun.

*L'Ortho-Bionomy® s'applique
aux situations suivantes :*

- déséquilibres, tensions et douleurs de la structure ostéo-musculaire
- dysfonctionnements et douleurs des viscères
- déséquilibre des grandes fonctions (troubles du sommeil, fatigue, etc.)
- libération des tensions corporelles et des émotions qui y sont liées
- prévention : exercices d'autocorrection pour améliorer et conserver sa mobilité articulaire
- mieux vivre son corps

Marc LORRAIN

Praticien en Ortho-Bionomy

Diplôme européen N°03-67-18-06

34 rue du Moulin Rouge -10 CHARMONT-SOUS-BARBUISE

Tél : 07. 84.06.73.21 E-Mail : namasteml13@orange.fr

Association Française d'Ortho-Bionomy®

11, rue Alphonse Terray

38000 Grenoble

email : asso.ob@orange.fr

www.ortho-bionomy.fr