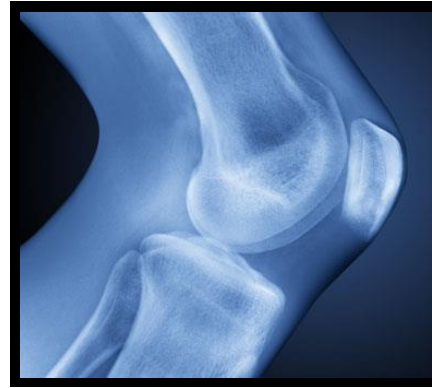


Classe de maître pour des genoux en forme

En partie anatomie, physiologie et mouvements de séries enseigné par **Tracy Maxfield**, ce cours est conçue pour renforcer et protéger les genoux des danseurs. Il y aura un aperçu de la structure et fonctionnement de l'articulation du genou et cela aidera les étudiants à gérer les déséquilibres se situant près de cette articulation. Idéal pour danseurs intermédiaires et avancés. *Inscription 50\$.*



Healthy Knees Master Class

Part anatomy and physiology and part movement series taught by **Tracy Maxfield**, this class is designed to strengthen and protect dancers' knees. There will be an overview of the structure and function of the knee joint and will help the students deal with imbalances that are found around the knee joint. Ideal for intermediate and advanced movers. *Registration \$50.*

vendredi le 21 juin
18h00 – 20h00

@ Studio Praxis
4900 Jean-Talon West #215
Montreal, QC H4P 1W9
www.studiopraxis.com
514-486-9949

{praxis}
EDUCATION

Friday, June 21
6:00 pm – 8:00 pm



JAZZ & PILATES

www.cadance5678.com 514-998-1378



Tracy Maxfield enseigne le Stott Pilates depuis 8 ans et a été enseignant formateur pour 6 ans au Studio One Pilates à Springfield au Missouri. Il a obtenu une maîtrise en art pour la danse et a récemment gradué en massothérapie avec emphase en thérapie neuromusculaire. Apart l'enseignement du pilates et son travail sur le corps au studio, il a commencé «In Balance Neuromuscular Therapy», une entreprise qui se dédie au soulagement de la douleur et la restauration d'amplitude articulaire. Depuis le commencement de «In Balance», Tracy a fait part de formation additionnelle en «Precision Muscular Mobilization» (exercices d'étirements), «Spinal Reflex Analysis» et thérapie «S.C.E.N.A.R.» Son but est d'incorporer des techniques de massages pour influencer un changement positif et ensuite faire apprendre à ses clients comment maintenir ces changements à travers exercices et mouvements.



Tracy Maxfield has been a Stott Pilates instructor for 8 years and instructor trainer for 6 years at Studio One Pilates in Springfield, MO. He has an MFA in dance and recently graduated from massage school with an emphasis in neuromuscular therapy. Along with teaching pilates and doing body work at the studio, he has started In Balance Neuromuscular Therapy, a business dedicated to helping alleviate pain and restore normal range of motion. Since starting In Balance, Tracy has attended additional training in Precision Muscular Mobilization, Spinal Reflex Analysis, and S.C.E.N.A.R. Therapy. His goal is to incorporate massage techniques to affect a positive change and then teach the client how to help maintain those changes through movement and exercise.