ATELIER DECOUVERTE

Lundi 27 septembre 2021 à 14h30
Vendredi 24 septembre 2021 à 18h

sur inscription préalable
au 06 03 86 48 81

Septembre 2021 à juin 2022 - cours à l'année

Relaxation langage corporel gestion des émotions

PROGRAMME

2 séances Relaxation Techniques de base
7 séances Relaxation et langage corporel
1 séance Relaxation et Energie
7 séances Relaxation et Nettoyage émotionnel.

Développer votre ancrage, accroître votre calme et votre sérénité, vous libérer du stress, renforcer votre guidance intérieure, améliorer vos relations, distinguer les besoins du corps et ceux du mental, revoir l'ordre de ses priorités

Ce cours propose une pratique de la relaxation et la transmission des techniques permettant de se relier à l'essentiel en Soi.

Au gré d'un parcours progressif sur 17 séances, vous expérimenterez les différents outils de la Somatothérapie et vous prendrez en mains votre mieux-être tout en apprenant à décoder les messages que votre corps délivre.

OÙ ET QUAND

Château la Vallière le lundi de 14h30 à 16h
Beaumont la Ronce le vendredi de 18h à 19h30

les semaines impaires
à partir du 27 septembre 2021

POUR QUI ?

Si vous vous sentez débordé, fatigué, pressé, lassé, douloureux, timide, hypersensible, curieux, ou si vous souhaitez simplement profiter d'un temps pour vous ou vous chouchouter au cours d'un traitement lourd

TARIFS

20 € la séance ou 18€ à l'année, soit 9 mensualités de 34 €

INTERVENANTE

Isabelle REMERY
Psycho Praticienne Somatothérapeute
www.isabelleremery.com 06 03 86 48 81