

Atelier

RETROUVER SON ENERGIE VITALE

Se poser, s'écouter, respirer.



CET ATELIER EST POUR VOUS !

PETIT GROUPE UNIQUEMENT

Places limitées, réservez dès maintenant et offrez vous cette parenthèse Bien-être!

DATES DES ATELIERS :



AVRIL 2025 :

Lundi : 7, 14 et 28 à 14H

Mercredi : 2, 9 et 16 à 18H30

Dimanche : 6 et 13 à 10H

DESCRIPTION

Mon mari et moi intervenons ensemble avec diverses pratiques :

- RESPIRATION
- TRAVAIL MUSCULAIRE SANS FORCE
- MOUVEMENTS DANSÉS,
- MÉDITATION
- COLLATION DE FIN & TEMPS D'ÉCHANGES



Prix atelier : 30 euros pour 1H30



CUSSAC SUR LOIRE

Anne Hélié : 07 87 94 95 67

