

Pratiques de santé et de senti énergétique

*A l'orée de l'été, offrez vous un nettoyage et une recharge intérieurs.
Aborder la nouvelle saison avec fraîcheur et entrain.*

*Apprenez des outils pour vous détendre, vous délester, vous
recharger et maintenir l'équilibre dans votre vie.*

*Par des exercices de respiration, de relaxation, de conscience du
corps, provenant de traditions différentes telles que taoïste, toltèque...
mais aussi des rêves éveillés. Pour découvrir un peu plus qui vous êtes et
ainsi, répondre au mieux à vos propres besoins.*

Une journée de pratiques accessible à tous !

Dimanche 26 juin

Espace Tivoli à St Giron

de 10h à 17h

40 euros

renseignements et réservations :

Agathe Mainguy

06 67 50 25 97

agathemainguy.github.io