

Danseur intérieur Vie et mouvement Stage de Yoga Kundalini



Samedi 16 novembre 2024
de 14h à 17h30

Venez vous ressourcer dans une ambiance douce, simple et chaleureuse, une atmosphère respectueuse et bienveillante, inspirante pour vous connecter et vous reconnaître dans votre propre « DANSE », une partie intégrante de la vie, celui du mouvement libre « non codifié » intemporel et universel.

Je vous invite dans le « ici et maintenant » à goûter à votre danse, Energie. Laisser danser son corps, son âme avec sincérité et liberté. Sortir du geste codifié, permet la libération des cuirasses émotionnelles, en expérimentant la passion comme la légèreté de l'être dans la brise et la douceur de la méditation. Appréhender l'espace, le « dit de soi » celui des autres donner à partager la célébration de beauté de notre propre nature, de la nature et celle de la vie.

Mettre en Lumière votre Créativité

Programme :

Accueil à 14h

- s Séance yoga kundalini (kriyas sur la créativité)
- s DANSE LIBRE (expression communication biodanse)
- s Pause, et petits gâteaux thé
- s DANSE DES QUATRES DIRECTIONS (Chakras du cœur)
- s Cercle de partage 17h30 18h

Lieux : 5, La Bidiais
44130 BLAIN

Tarifs : 35 € par personne
30 € si vous parrainez et invitez une personne
60 € pour les couples

Contact : Jacqueline GIORDO
06.10.96.33.53
papillon.bleu@neuf.fr
Site web : kundalini-yoga-meditation.fr

Sat Nam à vous

Jacqueline

