

ATELIERS

Mon parfait à corps

Atelier découverte Danse-thérapie

Laisser l'énergie circuler librement dans le corps, c'est ouvrir de nouveaux chemins vers la liberté d'agir et de penser.

Prendre du temps pour soi, accueillir et affiner ses perceptions, découvrir le plaisir de mettre son corps en mouvement, prendre conscience et structurer son espace-temps intérieur pour permettre l'accès à la construction de l'espace-temps extérieur, développer une nouvelle image de soi, tisser de nouveaux liens dans la relation, acquérir de nouveaux points de vue et choisir plus facilement une direction, définir ses limites, donner et recevoir, favoriser l'ancrage, s'affirmer, exprimer ses émotions, libérer les tensions, partager, créer, construire ensemble, se regarder autrement, s'accorder, s'ajuster.

11 juin 2020

Ces différents objectifs s'inscrivent dans une démarche psycho-thérapeutique par l'intermédiaire du **corps en mouvement**. Il s'agit d'une technique de soin alternative qui ne nécessite aucun bagage particulier en danse.

Chaque personne est libre d'y associer ses propres objectifs et venir chercher ce dont il a besoin pour se développer.

Les expériences proposées se réalisent seul, à deux ou en groupe sur musique, sur instrument live et dans le silence.

Tout un travail est également réalisé avec les **synergies d'huiles essentielles** qui viennent soutenir le processus de guérison. Elles favorisent le développement de vos potentialités et vous aide à vous libérer de vos tensions pour rééquilibrer vos émotions, vos comportements et votre mental.

Public

Pour toute personne désirant s'épanouir pleinement dans la vie et déployer l'ensemble de ses potentialités dans un espace sécurisant et bienveillant.

Participants

15 maximum

Horaire

20h à 21h30

Prix

Adultes : 25 euros

Lieu

L'étable d'hôtes (Grenier)
Rue de Tubize 4/B, 1460 Virginal

Acompte de 10 euros non remboursable sur :

Coralie Detrie :
BE 57 1430 8037 7335

*Avec la communication:
Nom et prénom - 11 juin 2020*

Inscription

- Scannez ce QR code
- ou via www.monparfaitacorps.com dans le menu ateliers



www.monparfaitacorps.com