

Atelier Yoga

atelieryoga86@yahoo.fr / www.atelier.yoga / 06 58 99 03 62

Samedi, 6 avril 2019, 13h30-18h30 **La Femme, son Energie, son Yoga**



Explorez les sources de l'énergie féminine **Animé par Daniela,**

Professeure de *Yoga* depuis 15 ans, formée aux *pratiques taoïstes* d'alchimie de l'énergie féminine et à l'approche posturo-corporelle de *Gasquet*

et son invitée Coocky,

Fondatrice de l'école *LoiKroh Traditional Thai Massage & Yoga* à Chiang Mai en Thaïlande, une des meilleures spécialiste en *Massage Thai Traditionnel*

Troisième d'un cycle de 5 ateliers. Explorer les énergies de l'Archétype de l'Initiatrice ou la Magicienne (élément Air) ou comment approfondir sa communion avec les mystères de la Vie, acquérir et mettre en pratique les savoirs profonds. Maturité, détachement, conscience profonde de Soi sont les qualités de cet Archétype.

Les 5 ateliers : la Mère, l'Héroïne, l'Initiatrice, l'Enchanteresse (Terre, Feu, Air, Eau)
suivis d'un atelier de synthèse

Outils :

Exposés théoriques et échanges, pour comprendre

Techniques d'auto-massage, pratiques corporelles et conjoncturelles, pour se connaître

Méditation, pour intégrer

Informations pratiques : Accueil à 13h15, prière d'être ponctuelle.

Participation : 15 euros (membres de l'Association AY) / 30 euros (personnes extérieures)

Lieu : Buxerolles 86180, adresse communiquée au moment de l'inscription
