



ATELIER YIN/YANG

Harmonie du couple intérieur

30 NOVEMBRE 9H-18H

INSCRIVEZ-VOUS !

12 PLACES MAX.

PLONGEZ AU COEUR DU YOGA, DU PILATES, DES ARTS DE SANTÉ POUR RECONNECTER ET RESENTIR VOTRE PAIX INTÉRIEURE.

NOUS PORTONS TOUS UNE PART DE MASCULIN ET DE FÉMININ...

COMMENT LES RECONNAITRE, LES CONSIDÉRER ET LES RÉCONCILIER POUR TROUVER PLUS D'HARMONIE AU QUOTIDIEN & DANS SA VIE ?

TARIF : 95 EUROS (REPAS COMPRIS)

- DÉBUTANT OU PRATIQUANT RÉGULIER YOGA, PILATES,
- VOUS AVEZ DÉJÀ FAIT OU NON L'EXPÉRIENCE DE L'HYPNOSE ...CET ATELIER EST POUR VOUS !



INSCRIPTION & RESERVATION

WWW.SOJORETREAT.FR

LES LODGES DE LA VIARHONA (VIRIGNIN)

À 35 MIN AIX-LES-BAINS/CHAMBERY

1H DE LYON

ATELIER YIN/YANG

Harmonie du couple intérieur



INSCRIPTION & RESERVATION

WWW.SOJORETREAT.FR

Programme

- 9H : ACCUEIL & CERCLE D'OUVERTURE AVEC SOPHIE & JONATHAN
- YANG : PRATIQUES PHYSIQUES PILATES, YOGA & PRANAYAMA
- 12H : REPAS
- YIN : PRATIQUES ÉNERGÉTIQUES, MEDITATION ACTIVE
- VOYAGE HYPNOTIQUE HARMONISATION DE SON COUPLE INTÉRIEUR (YIN/YANG)
- 18H CERCLE DE CLÔTURE

