

YOGA, QI-GONG,
PRATIQUE PSYCHO-CORPORELLE
NATUROPATHIE, OSTÉOPATHIE,
ATELIER CRÉATIF

Bien-être

WEEK-END
DÉCOUVERTES &
EXPÉRIMENTATIONS

CONFÉRENCES & ATELIERS GRATUITS SUR INSCRIPTION

LA MALTERIE

25 & 26 MAI

Rue du Vieux Pont Romain
56620 BAS PONT-SCORFF - CLÉGUER

CONTACT 06 29 98 71 41



INSCRIPTIONS

PRATIQUE PSYCHO-CORPORELLE SAMEDI 25 MAI DE 10 À 11H30

NOM & PRÉNOM :

TEL :

Mail (en majuscules) :

NATUROPATHIE SAMEDI DE 15 H À 16H30

NOM & PRÉNOM :

TEL :

Mail (en majuscules) :

SYNTONIPATHIE SAMEDI DE 16H30 À 18H

Nom & prénom

TEL :

Mail (en majuscules)

YOGA DIMANCHE 10H À 11H OU 15H À 16H

NOM & PRÉNOM :

TEL :

Mail (en majuscules) :

QI-GONG DIMANCHE 11H À MIDI OU 16 H À 17H

NOM & PRÉNOM :

TEL :

Mail (en majuscules) :

ATELIER CRÉATIF DIMANCHE

NOM & PRÉNOM :

TEL :

Mail (en majuscules)

NOS INVITÉ.ES

La **thérapie psycho-corporelle** est une approche globale du corps et de la psyché . Le corps devient alors le support central pour accéder à notre mémoire profonde et nous permettre de libérer les émotions cristallisées. Nous parlons de communication approfondie par le toucher et l'écoute somatique.

Avec Christelle Le Bouler, Infirmière, praticienne thérapie psycho-corporelle 06 14 20 21 18

La **naturopathie** est une pratique qui permet de préserver, de renforcer ou de retrouver sa vitalité par des moyens naturels. Elle prend en compte l'individu dans sa globalité afin d'améliorer son équilibre physique, psychique et émotionnel.

Avec Gaelle de Bridiers, Naturopathe, 06 26 20 10 96

La **syntonipathie** propose la libération des émotions et des traumatismes grâce à la manipulation ostéopathique douce basée sur le mouvement respiratoire primaire.

Avec Fred Lacroix 06.61.61.48.26

l'**atelier créatif, Land'Art** venez découvrir et créer tout au long de la journée avec des matériaux issus de la nature. Un temps de détente et de création d'œuvres éphémères. Un regard "autre" sur la nature.

Avec Lauren Beaufils, "Les ateliers de Ricochet", artiste et amoureuse de la nature 06 82 47 01 13

NOS INTERVENANTES HEBDOMADAIRES

Le **YOGA** : Alternant postures et parenthèses de respiration ; le hatha yoga vous propose de réveiller vos articulations en douceur , de dynamiser votre capacité respiratoire et d'apaiser votre mental par l'écoute du souffle.

Avec Isabelle Flahault, professeure de Yoga 06 07 821 820

Le **QI-GONG** est issu de la tradition chinoise. Le Qigong est un art énergétique interne. Il s'appuie sur les principes de la "Médecine chinoise traditionnelle", et s'exécute assis ou debout, en méditation, en posture statique ou en mouvement lent, il se combine à la respiration, la concentration et l'intention.

Avec Catherine Hallier, professeure de Qi-gong, CQP ALS 06 29 98 71 41