

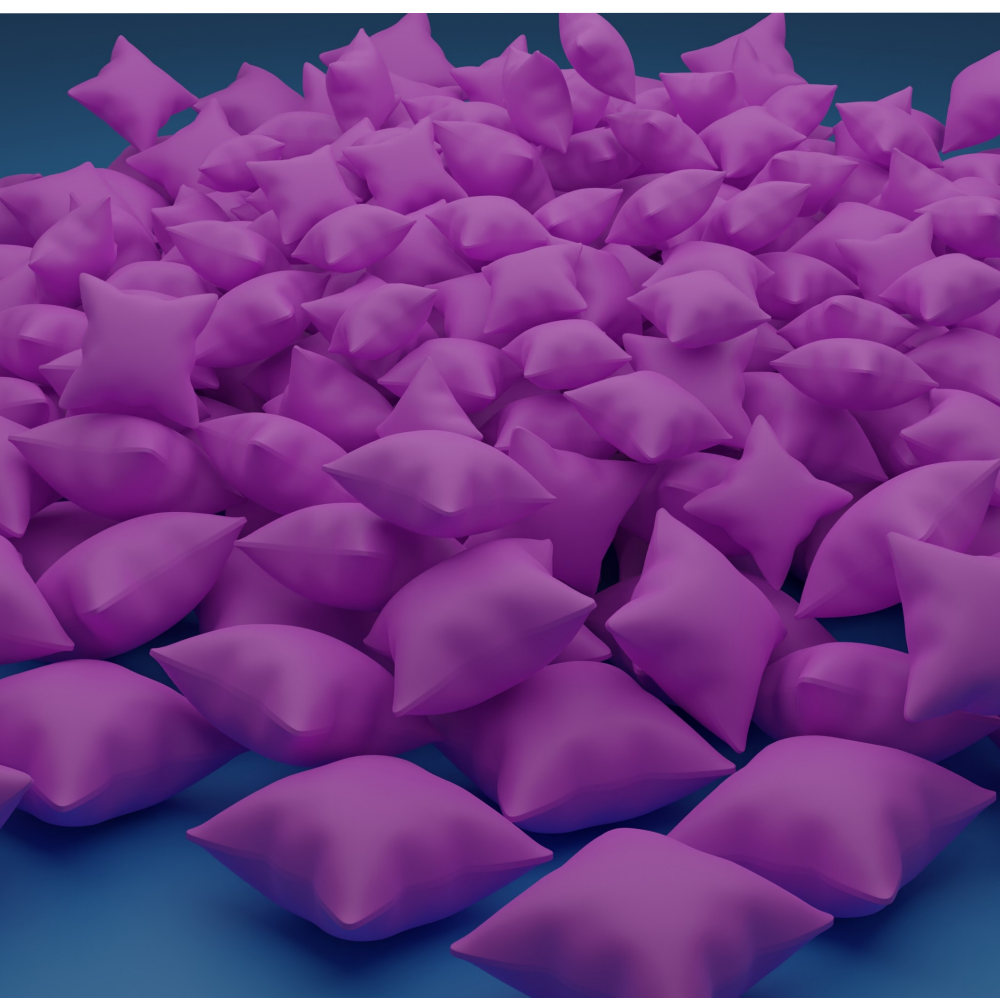
UNE PAUSE POUR OSER

Reconnecter notre corps,
nos émotions, nos sensations

Explorer nos ressources

Installer de nouvelles habitudes pour oser...

À PD.
120 € TTC
TRAJET DE 3 JOURS À 300 € TTC



QUOI - NOS OUTILS

Le yoga Kundalini, Hatha et Natha, postures, relaxation profonde (Yoga Nidra), techniques de respirations, méditation, mantras.

Le coaching, introspection, cercle de paroles accompagné, questionnement puissant, silence, écriture automatique, réflexion, acceptation.

Le rire et le partage.

OÙ - NOTRE LIEU

La Fraternité du Bon Pasteur

Salle « La Bergerie »

Rue au Bois 365 b

1150 Bruxelles

**DE 1 À 3
JOURS**

S'INSCRIRE

Envoyer un mail à

YOGACOACHFORALL@GMAIL.COM

Avec vos noms, prénoms, n° de téléphone et adresse mail
Choix de la formule



Barbara • +32 494 12 77 12 • facebook.com/YogaHumuzabyBarbara



Natacha • +32 474 74 87 53 • mon-coach.brussels