

Atelier

Shiatsu et automassage

Se reconnecter avec nos cycles énergétiques
et le mouvement des saisons



Samedi 17 mars 2018

Salle de la convivialité, à Chauconin-Neufmontiers de 14h à 17h30

Pratique de Do-In automassages, étirements, exercices seul ou à plusieurs

Pour nous accorder avec l'énergie de la saison printanière, nous pratiquerons des automassages, des exercices des yeux et des étirements shiatsu pour réveiller énergie, souplesse et dynamisme. Vous apprendrez par la pratique à vous harmoniser avec le mouvement des saisons selon la loi des 5 éléments de la médecine chinoise.



Renseignements et inscriptions

Ouvert à tous, adolescents bienvenus. Attention places limitées, inscription obligatoire

Tarif : 25 € - 15 € pour les adhérents des Incroyables de Chauc

Marie-Claire Michaud : **06 81 38 18 32**

mcl.michaud@hotmail.fr **www.rondedelavie.fr**