

Journée bien être

dimanche 8 septembre 2024

de 14h00 à 18h30



Visite du centre
 avec Élisabeth
 à 14h00

TOMBOLA
 2 places d'atelier
 tirage à 18h30



Séances découverte offertes (40 min) ateliers 2024 - 2025

- 
15h00 Présentation des stages collectifs
 « développement de l'être »
 avec Élisabeth
- 
15h40 Écouter et être écouté
 avec Magaly
- 
16h20 Yoga du dos
 avec Karine
- 
17h00 Qi Gong pour la femme
 avec Marie-Pierre
- 
17h40 Voyage sonore Gong / Bols tibétains
 avec Élisabeth



Présentation des ateliers créatifs

- 
14h15 Apprendre à dessiner
 avec la méthode de monsieur Fifi
- 
14h35 Peinture de l'âme
 avec Marie-Claude

Mini séances d'hypnose
 (20 min) avec Adeline
15h00 - 18h00



Caricature ou portrait offert
 avec Monsieur Fifi
15h00 - 18h00

Inscription aux ateliers annuels
 sur place
 (détail des ateliers au dos)

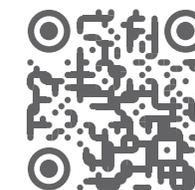
7 Chemin de Goninville
 91490 Oncy-Sur-Ecole
 (limitrophe Milly la forêt)



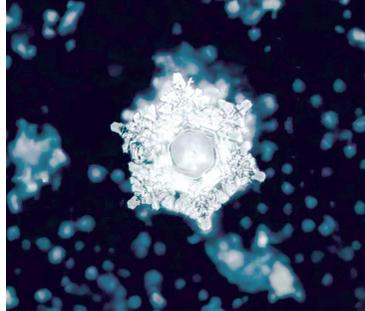
* adhésion à l'association pour la saison : 15 €



Lancez-vous
 Inscrivez-vous :
 Elisabeth
06 60 44 99 44
 Infos et dates sur le site



stages de 6 à 16 personnes maximum



Stages collectifs

les pensées et les mots sont des énergies...



Ressourcement et spiritualité

L'amour selon Grabovoi
3h - **60 €***

*Conférence sur la théorie de la création
du monde et méditation sur l'amour*

Se reconnecter à son âme
3h - **60 €***
les samedis 9h00 - 13h00



Comprendre et développer son potentiel énergétique

3 ateliers de 2h - **120 €***
Mensuel d'avril à juin
les lundis 20h00 - 22h00

*Les mémoires de l'eau, les ondes de forme,
la pensée positive, le pouvoir du verbe, le
Ho'oponopono, la gratitude*



Avec les chakras mieux connaître son corps et son esprit

6 ateliers de 2h - **240 €***
Mensuel de novembre à avril
les jeudis 20h00 - 22h00

*Anatomie énergétique, montée des chakras,
exercices avec musique, danse, chant de
mantras, méditation, massage habillé*



Sonothérapie spirituelle

1h de développement personnel
et 1h de voyage sonore
4 modules de 2h - **160 €***
Mensuel de janvier à avril
les vendredis 20h00 - 22h00

*nos croyances, le pardon Hawaïen,
la gratitude, l'amour*



Soin Cristal et voix du chakra du cœur

8 ateliers de 1h30 - **280 €***
Mensuel de novembre à juin
le samedi 10h00 - 11h30



Balade sonore en forêt

Venez vibrer la beauté de la nature et du son
5 ateliers extérieurs de 1h30 - **100 €***
Dimanche 10h00 - 11h30

*Exercices d'ancrage et de respiration,
méditations, mandalas*



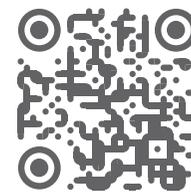
Voyage sonore Sonothérapie

les jeudis
20h00 - 21h15



Lancez-vous
Inscrivez-vous :
Elisabeth
06 60 44 99 44

Infos et dates sur le site



stages de 6 à 16 personnes maximum



7 Chemin de Goninville
91490 Oncy-Sur-Ecole
(limitrophe Milly la forêt)



* adhésion à l'association pour la saison : 15 €

Ateliers mensuels (octobre à juin)

Peinture de l'âme
les jeudis 9h30 - 11h30

Apprendre à dessiner (méthode Mr Fifi)
les mardis 19h00 - 21h00

Qi Gong pour la femme
les dimanches 10h00- 12h00

Yoga hebdomadaire
lundi et mardi 19h00 - 20h30