

Les Ateliers de Nature & Conscience

17 NOVEMBRE 14H00 À 16H30
ENTRAIGUES-SUR-LA-SORGUE



- LA RESPIRATION CONSCIENTE
- L'ASTROLOGIE DES PLANTES
- FABRIQUER SON L'HUILE DE MASSAGE
- MASSAGE AYUVEDIQUE DES SES PIEDS
- GOÛTER À LA BASE DE PLANTES SAUVAGES

PARTICIPATION: 28 €

SOIGNER SON

MONDE INTERIEUR

ALEXANDRA BÖTTNER

SOPHROLOGUE, ENERGETICIENNE, ANIMATRICE DES GROUPES DEPUIS 15 ANS
ACCOMPAGNÉE D'UN PROFESSEUR DE YOGA, FORMATEUR ET THÉRAPEUTE EN RELATION D'AIDE

INSCRIPTION AU 06.12.86.85.54 WWW.ALEXANDRA-SOPHROLOGIE.FR

Le but est de vous permettre de mieux vous connaître, d'évoluer en liberté et en autonomie, tout en passant ensemble un temps instructif et convivial dans notre cadre naturel (à l'extérieur et à l'intérieur). Passionnés de la vie et des infinies possibilités de l'être humain - tout comme vous, nous nous réjouissons de partager cette approche holistique! Chaque atelier correspond à un thème en harmonie avec les rythmes de la nature et est constitué de pratiques, d'enseignements et de découvertes diverses.

Que la PAIX, la LUMIERE et la JOIE vous accompagnent,

A bientôt, Alexandra & Dridha

Sophrologue certifié RNCP niveau 5,
Guérisseuse du Réalignement Spirituel,
Animatrice des ateliers « Approche sensible du vivant » depuis 17 ans,
www.alexandra-sophrologie.fr/actualite

Professeur de Yoga, Naturopathe, Thérapeute
en Relation d'Aide (diplôme Faculté de Sciences
Humaines de Paris) Massage Abhyangam,
Ayurvéda, Neuro pédagogie et thérapie Trans
personnelle Accompagne depuis 40 ans