

ATELIER ASTROLOGIE & SOPHROLOGIE AVEC FABIENNE GRAU



Le printemps initie un nouveau départ ! Un atelier pour comprendre, ce qui se joue en cette période dans notre ciel étoilé, l'impact que cela pourrait avoir sur nous et surtout savoir prendre du recul.

La proposition, ici, est de permettre l'intégration de ces informations en nous alignant à la danse des planètes qui véhiculent de l'information jusque dans notre ADN

La sophrologie allie la respiration (ce souffle qui nous met en vie et en mouvement), des techniques de relaxation dynamique et de la visualisation. Ce moment va nous permettre de nous reconnecter à nos différents corps (physique, émotionnel, mental, énergétique).

Le souffle et le mouvement créent cette re-connexion et cette rencontre avec soi. Venez vivre l'aventure... osez initier ce nouveau départ

Comme le disait Gandhi

« Soyons le changement que nous voulons voir dans le Monde »

