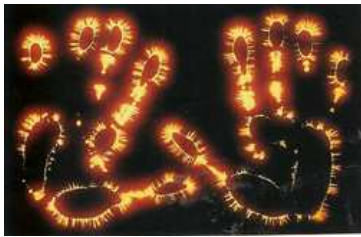
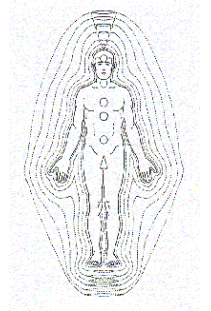




Relax & Vitalité



Ateliers : Dynamiser sa Vitalité



Samedi 14 janvier 2012 - Samedi 23 juin 2012

Description du stage :

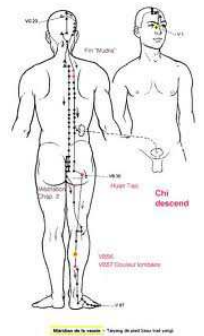
Notre **potentiel énergétique** est lié à l'équilibre et à l'harmonie de notre **corps énergétique**.

Ce corps, appelé aussi « corps vital », **enveloppe et interpénètre le corps physique. Il est son double vibratoire.** A chaque partie du corps correspond sa contre partie énergétique.

Il est parcouru par **un réseau de circuits énergétiques** et par **des centres énergétiques** qui assurent la distribution en énergie à toutes les parties du corps.

Le but de ces ateliers est de vous permettre

- de **comprendre les mécanismes de ce corps énergétique**
- **d'apprendre à maîtriser votre potentiel énergétique**
- de comprendre comment maintenir et renforcer ce **potentiel énergétique**



Au cours de chacun de ces ateliers :

- Un temps sera consacré à l'enseignement :
Qu'est ce que le corps énergétique ? Qu'est ce que le potentiel énergétique ?
La circulation énergétique dans le corps. Contrôle et maîtrise du souffle.
- Un temps important sera consacré à la pratique
Techniques de contrôle du souffle
Utilisation des points réflexes énergétique (points d'acupuncture, réflexologie)



Conditions particulières :

Ces ateliers sont **destinés à toute personne.**

Ils ne nécessitent pas de connaissance particulière, sinon d'**être à l'écoute de soi-même.**

Modalités :

Horaires des modules : 09h -> 13h

Tarifs : 50 €

Organisation : Prévoir, une tenue confortable, papier et stylo pour prendre des notes.

Pour tout renseignement ou pour vous inscrire, n'hésitez pas à nous contacter au :

RELAX & VITALITE

12 rue du docteur férié - 33160 St Médard en Jalles

Tel : 05 56 96 70 28 - 06 99 26 21 54

Courriel : contact@relax.vitalite.com

Site internet : <http://www.relax-vitalite.com>