Stage Yoga & Harmonisation Energétique

Centre Althéa

2 avenue Edouard

Herriot – Côté Cour

56000 Vannes

Tarif : 70 euros

Infos & Réservation :

Jeanne 06 03 62 66 08

Apprendre à harmoniser son énergie vitale pour retrouver l'équilibre…
Tout est là en vous !

Samedi 21 avril 2018 de 9h30 à 17h30

Avec Hélène Perron – Professeure de Yoga
& Jeanne Ménoret – Energéticienne

Postures de Yoga centrées sur l'ouverture du coeur
Découverte & utilisation de l'énergie de soin pour soi

Exercices simples d'ancrage, centrage, relaxation

Conseils pratiques au quotidien : alicaments, huiles essentielles, crusine (cuisine crue)…

Ré-création « l'Energie des Couleurs et du Mandala »



www.surlechemindelumiere.wordpress.com www.helene-perron-yoga.fr