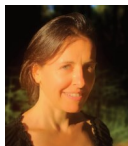


Stage 5 & 6 décembre 2020

Massage & Sens

Moisdon-la-Rivière (44)



Oriane Doïnel & Xavier Favaro

Psychologue & Gestalt-thérapeute
formés en massage de bien être.



Pratiquer le "Massage & Sens" c'est faire l'expérience de la **détente du corps et de l'esprit** en pouvant éprouver ce qu'est véritablement la sensation d'une **relaxation profonde**.

En développant le ressenti du corps, le "Massage et Sens" propose de se mettre plus amplement en relation avec soi-même et d'aller vers une **conscience corporelle** globale accrue, une sensation d'**unité intérieure**. Il favorise l'émergence d'un désir d'agir vers plus de **congruence** et d'**autonomie**.

Ce massage de bien-être, reçu dans un cadre chaleureux et sécurisant, s'offre comme une opportunité de lâcher prise et de **reconnexion psycho-corporelle**.

Nous expérimenterons et prolongerons les principes de base (écoute, déplacements, respiration, rythmes...) par certains points tels que l'engagement du corps, le micro (mouvement & rythme), l'asymétrie, la mise en mouvement réciproque.

Avec plaisir et légèreté !

Accueillis par Valérie Vogelweith, dans son cadre somptueux et naturel, une grande salle avec de la lumière, un parquet odorant et miellé.

Accueil dès 9h30 le samedi. Fin dimanche vers 17h.

Participation au WE 190 €

- L'hébergement sur site est compris en version dortoir. Si vous souhaitez un confort plus douillet, vous pouvez contacter Valérie pour les gîtes alentours, au 06 18 53 94 11.

- Restauration en mode auberge espagnole (nous pouvons confectionner sur place).

Xavier Favaro 07 60 68 03 18 xavier.favaro@gmail.com