



Association Les Grands Jardins du Theil

Samedi 6 avril
De 14h30 à 17h30



Au cœur de ses ressentis **avec Cédric, Thérèse, Nicole**

Nous vous proposons d'explorer les ressentis de votre corps via un parcours énergétique conçu pour l'éveil des consciences.

Vous vous connecterez à votre cœur (porte de l'âme) afin de percevoir ce qui vous fait réellement vibrer via un exercice de ressentis par les mains. Le parcours vous permettra de vous reconnecter à votre corps, la nature et tous les éléments qui nous entourent. Ce moment personnel vous permettra d'accéder à un moment de calme et de sérénité dans l'instant présent.

Cet atelier débutera par une pratique de gi gong pour se connecter à son corps physique, ralentir ses pensées et lâcher prise. Nous poursuivrons par le parcours énergétique, dont la première partie est destinée à équilibrer vos centres énergétiques (chakras) puis la deuxième pour explorer vos ressentis via votre cœur porte de l'âme.

Nous terminerons par une méditation permettant d'intégrer tous les bienfaits du circuit énergétique.

Lieu : Association Les Grands Jardins du Theil - 28 rue de l'église - 50330 Gonneville Le Theil

Tarif : Participation libre à partir de 20€ + adhésion - Réservation obligatoire – Places limitées

Intervenants : Cédric LAMBERT, Thérèse LEFEVRE, Nicole BRIARD, Jean-Yves FORAY

Horaires : 14h30 à 17h30

Renseignements – Inscriptions
lesgrandsjardinsduthheil@gmail.com