



DOJO ESPRIT ZEN

Édition Avril 2024 n° 258

Atelier de constellations familiales

le dimanche 7 avril 2024 de 13h à 17h30/18h.



En tant qu'intervenante en constellations familiales, je vous guide dans l'exploration des dynamiques familiales profondes et souvent inconscientes.

Les constellations familiales reposent sur les principes de l'épigénétique, à savoir l'étude de l'impact du vécu et des traumatismes ancestraux sur les générations actuelles.

En utilisant des représentations spatiales des relations familiales, nous mettons en lumière les schémas et les blocages, vous permettant ainsi de trouver des solutions et de guérir les relations. Ma pratique vise à favoriser la compréhension, la résolution et la transformation des conflits intergénérationnels et des schémas répétitifs, offrant ainsi un chemin vers la guérison et l'harmonie par une transformation profonde et durable vers des relations plus équilibrées et épanouissantes.

Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site [ICI](#)

Le 7 avril sera la veille de la Nouvelle Lune 🌘 : nous aurons avec nous à la fois l'énergie du Printemps, énergie du renouveau, et le soutien de la nouvelle lune, grande facilitatrice des transformations.

Je vous retrouve avec joie à cette occasion 😊

✨ Pour faire sa constellation : 95€

✨ En tant que représentant : participation libre et consciente en fin de journée.
Nombre de places limité

Inscriptions et renseignements

Sophie Carniaux

06 17 47 15 90

ATELIER YOGA

Dimanche 7 avril 2024 de 9h30 à 12h

"Les postures en extensions arrière et latérale"



Ces postures peuvent être exigeantes certes mais elles s'approprient avec douceur et progressivité toujours en respect de soi

Et elles apportent une ouverture incroyable sur le plan physique, émotionnel et symbolique.....favorisant le lâcher prise

Une longue séance lors d'un atelier permet d'approfondir les postures, les techniques de respiration et de méditation, de prendre le temps d'interroger et de ressentir pleinement les effets de la pratique. Un temps pour soi, en conscience. Pas besoin d'être un yogi expérimenté !

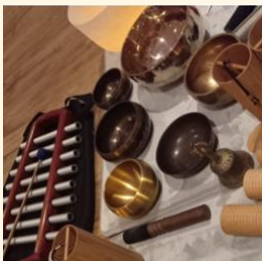
Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site [ICI](#)

Contact : Martine PROTO 06 07 60 15 70 ou akasha.yoga83@gmail.com

Tarif : Adhérent : 28 € Non adhérent : 38 €

Voyages sonores

Samedi 6 avril 2024, de 18h30 à 19h45



Pour notre prochain voyage sonore nous explorerons à nouveau les cinq éléments...

Nous ouvrirons ensemble un espace énergétique où vos intentions vibreront avec la magie des sons....

- 🔥 Utilisons la puissance du feu pour transformer...
- 💧 Nettoyons une émotion pesante avec l'eau...
- 🌪️ Laissons s'envoler les schémas obsolètes portés par le vent...
- 🌱 Dans la terre semons une jolie graine d'intention ...
- 🌀 Et connectons-nous à plus grand ...

Pour assurer votre confort, le nombre de place est limité.

Nous restons à votre disposition pour échanger.


Informations et réservation au 06 60 75 08 31.

Insta voyages_sonores, Facebook Par les pouvoirs de la magie

Pour plus d'informations, rendez-vous sur notre site [ICI](#)

Tarif : 20€, une boisson chaude sera partagée à la fin.

Au plaisir de partager

Rémy musicien  Alexandra praticienne sonore