

ATELIER : le jaillissement du printemps.

**Retrouvez le Bien-Être par Auto-Massages
ancestrals et Sons énergétiques DO IN
Avec une initiation à la pratique
du Massage Ayurvédique**

DIMANCHE 6 FEVRIER 2011 - 10 H - 13 H 30

Je vous propose un atelier pour vous accompagner au moment de la transition du Nouvel An Chinois (3/2/2011). C'est l'année du Lièvre, qui annonce la douceur de vivre, l'amitié, le lâcher-prise ...

Le corps sort de la torpeur de l'hiver pour entrer dans l'énergie du printemps avec l'expansion de la sève dans les végétaux, les bourgeons se forment ...Notre corps va connaître des modifications énergétiques profondes avec parfois des émotions impulsives.

Les auto-massages dans la pleine conscience de l'Ici et Maintenant ainsi que les sons énergétiques vous donneront les outils pour vous préparer à l'énergie du printemps dans l'équilibre. Les sons du kototama réveillent notre être dans toutes ses dimensions, et ouvre des capacités à avancer ...

Après la pratique du DO IN, suivra une initiation à la pratique du massage Ayurvédique en binôme. Une démonstration sera faite et vous échangerez entre vous un massage Ayurvédique.

Vous pourrez accueillir la douceur, la sérénité et le dynamisme.

RENSEIGNEMENTS PRATIQUES :

Lieu : 29 rue Henri Prou aux Clayes sous Bois (en face de l'église)

Un véritable havre de paix.

Gare les CLAYES SOUS BOIS - direction PLAISIR GRIGNON
/LE MANS

Horaire : accueil à partir de 9H45

Participation : 35 euros par personne

Couple ou famille ou jeune : 60 euros pour deux , ou 30 euros/jeune

Parrainage (s) : 1 bouteille huile de massage offert.

Matériel à apporter :

- un tapis de sol ou un futon
- un instrument de musique si vous en possédez un (tambour, bol tibétain, maracas...djembe)
- une grande serviette, paréo, coussin, de quoi se couvrir pendant le massage
- une huile de massage au sésame bio, ou une huile que vous aimez. Weleda en a d'excellentes. Possibilité de se fournir sur place.

Vos spécialités culinaires seront appréciées à la pose !

Merci de remplir la fiche d'inscription ci-dessous et de la renvoyer avec un chèque à l'ordre de TAOMINYA :

41 avenue Croix au Moyne - val joyeux

78 450 VILLEPREUX,

et de me prévenir par tél au 06 86 02 20 93 OU MAIL

Fiche d'inscription à renvoyer dès que possible, nombre de place limité.

NOM :

PRENOM :

Adresse :

AGE :

PROFESSION :

TEL : fixe

mobile :

MAIL :

Modalités des frais d'annulation :

Participation remboursable de la moitié, jusqu'au 29 janvier 11

Participation non remboursable à partir du 30 janvier 11.