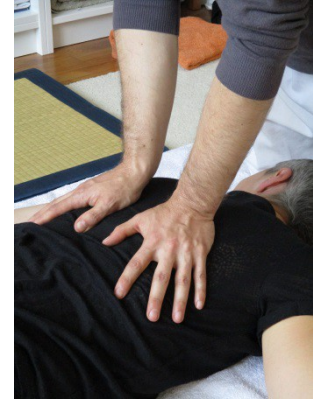
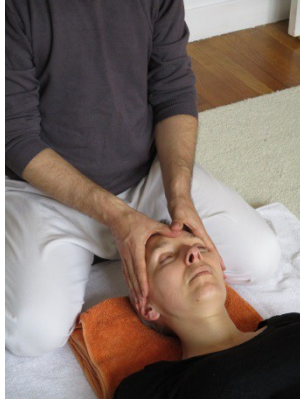


Matinée douceur

à Pagny la Ville

Samedi 08 juillet de 9h30 à 12h



Venez prendre soin de vous
.....et des autres !

L'objectif de cette matinée est de passer un moment agréable
dans le partage.

Nous alternerons les positions donneur/receveur afin d'avoir une double
expérience des mouvements proposés.

Une préparation individuelle précédera les exercices à deux.

Au programme :

Éveil corporel

Exercices respiratoires

Pratiques à deux (ou plus)

Relaxation

Contribution suggérée : 20€/personne

Si les revenus actuels de quelqu'un ne permettent pas de contribuer selon le tarif suggéré, la contribution sera alors selon ses possibilités.
Si quelqu'un souhaite donner plus, c'est aussi possible.

Réservations auprès de Cédric Mantégna
06 88 39 47 29 cedricmantegna@msn.com

Intervenant : Cédric Mantégna
Professeur de Yoga – Praticien en soins énergétiques
Reïki (soins et initiations) – Shiatsu – Activation de la glande pinéale®

