



« Rencontre avec les arbres et les énergies du lieu »

Le Bois Re'Source – 69820 FLEURIE

Samedi 1 juin 9h30 – 17h00

Cette journée est sous le signe de l'écoute de ses sens, de notre nature profonde, du cœur.

C'est une pause hors du temps où vous apprendrez à ressentir les énergies qui vous entourent, découvrir votre biochamp, vous recharger énergétiquement, vous détendre profondément.

Au programme :

Ressourcement avec le monde végétal, minéral, animal.

Goûter, sentir, toucher les fragrances de la nature.

Découvrir votre biochamp(champ énergétique) et capter les énergies et informations qui nous entourent.

Apprendre à se recharger énergétiquement en accord avec la nature.

Apprendre à se vider la tête par des exercices de méditation pure conscience.

Découvrir des mouvements énergétiques pour libérer et renforcer son corps.

Infos pratiques :

- Condition physique normal
- Chaussures fermées
- Un tapis de sol
- Petite serviette de toilette
- Repas léger tiré du sac. Eau.