

# Offrez-vous une expérience unique : un voyage avec votre souffle

**VENDREDI**  
**19H À 21H30**

**10 participants**

**17 JANVIER**

**7 FEVRIER**

**28 FEVRIER**

**28 MARS**

**25 AVRIL**

**16 MAI**

**13 JUIN**

**4 JUILLET**

**TARIF 60€ PAR SEANCE**



Recitages des  
ScoutMap

Inspiré du yoga du souffle, cette méthode de respiration consciente vous aide à **retrouver vos pleines capacités. Le Breathwork Rebirthing pour :**

### **Renforcer votre corps**

améliore l'immunité - agit sur le sommeil - réduit la fatigue - renforce la vitalité, l'endurance et l'énergie

### **Libérer vos émotions**

aide à retrouver sérénité et paix intérieure - procure une joie profonde

### **Alléger votre mental**

meilleur contrôle du stress - apporte concentration et clarté mentale pour la prise de décisions

SEANCE A LA CARTE, ELEVE DU MOM DU STUDIO