

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