

DANSE DU MOUVEMENT DE LA VIE

INTENSIFS DE 1 OU 2 JOURNÉE(S)

Parfois seul un intensif d'1 ou 2 journée(s) avec 4 sessions d'1h30/ jour pourra faire émerger les solutions à vos blocages et souffrances ignorées jusqu'alors.

Voyons tous les avantages d'un intensif

- ✓ Vous n'êtes pas seul
- ✓ Je vous accompagnerai dans l'accueil et l'acceptation de qui vous êtes
- ✓ Vous aurez le temps d'intégrer les différentes étapes d'accueil, de gratitude et d'expansion dont vous avez besoin pour être la meilleure version de vous-même
- ✓ Vous repartirez avec des outils incroyables que vous pourrez utiliser le reste de votre vie

Si vous avez peur de sauter le pas, voici quelques informations qui vous aideront certainement à le franchir

- ✓ Toute votre vie, vous avez évité certaines choses car elles faisaient mal
- ✓ Plus vous évitez ces choses qui font mal, plus vous les renforcez
- ✓ Un jour, elles font si mal que vous ne voyez plus de solutions
- ✓ Vous tombez alors malade, vivez une dépression ou un burn-out

J'ai une bonne nouvelle : A chaque fois que vous allez à la rencontre de vos peurs, les accueillez et les remerciez d'avoir été là pour vous... Vous vous libérez et permettez au mouvement naturel de votre corps de circuler et ainsi de retrouver la pleine santé car seul(e) VOUS, savez ce qui est juste pour vous.

Nous sommes tous en recherche d'équilibre, de paix et de joies simples... Osons sauter dans le vide, seul(e)s celles et ceux qui s'y autoriseront verront les changements prendre place.

Autre avantage, à l'issue d'1 journée d'intensif, vous pourrez envisager des sessions de groupe à distance. Très réconfortant si rien n'est proposé dans votre région ou si vous voulez tout simplement danser le plus souvent possible.

Pour organiser 1 ou 2 journées pour des groupes déjà constitués

- ✓ Possible à partir de 6 personnes
- ✓ Avec une salle à disposition
- ✓ Pour les régions loin des Pyrénées Orientales, cela se fera sur 2 jours
- ✓ Tarif 50 € par personne et par jour + frais de déplacement et logement

Pré-requis : Aucun. Vous êtes parfaits tels que vous êtes

Tarif : 50 € la journée si vous avez la salle, 60 € si c'est moi qui la réserve

L'argent reviendra à l'association et sera utilisé pour rendre la danse accessible au plus grand nombre, notamment sur le continent Africain

Infos & Réservation : Alexandra - 06 16 01 43 44

Pyrénées Orientales et le monde

Association En Cet Instant Danse Méditation (En 7-1stant)

en7.1stant@gmail.com

<https://en7instantdansemeditation.fr>

<https://fb.me/En7.1stant.Danse.Meditation>