

Détails :

### **Les lundis du corporel : Atelier 25 €**

Merci de réserver directement en ligne via le lien de réservation sur la page événement.

Vous recevrez un mail de confirmation avec le complément d'information après inscription sur la billetterie.

### **# Comment donner le plein pouvoir à mon corps & mon esprit ?**

Pour ce nouvel atelier, je vous propose d'aller à la rencontre de votre pouvoir corporel en vous accompagnant sur l'écoute et la compréhension de votre énergie corporelle et créatrice.

La plupart des individus, trop pris par leurs pensées, se coupent de leur pleine puissance sans prendre le temps de se poser les bonnes questions sur leur existence.

Il est vrai que nous savons qu'un trop plein de pensées va encombrer l'esprit puis freiner la connaissance de soi, de son corps et de sa pleine puissance, mais nous savons également que nous avons la possibilité de modifier nos comportements, nos habitudes et notre façon de penser pour aller vers une réelle connexion entre la puissance et le pouvoir du corps.

*N'est-il pas meilleur pour son bien-être et sa belle santé de laisser le plein pouvoir à son corps & son esprit plutôt qu'aux nombreuses pensées et dépendances encombrantes ?*

### **Nous verrons ensemble comment faire de son corps son meilleur ami !**

**Dans cet atelier nous aborderons :**

- # Comment mettre en place l'art du pouvoir corporel.
- # Comment se libérer des peurs & des dépendances.
- # Comment revenir à la conscience de soi et de son corps.
- # Comment trouver le positif dans toute situation compliquée.
- # Comment pratiquer la pleine conscience au quotidien.

Le bon fonctionnement du corps ne dépend que de soi et non de l'autre.

Pensez à prévoir une tenue souple et légère. Vous pourrez vous changer sur place.

Le groupe permet d'aller à la rencontre d'autres énergies tout en étant connecté(e) à ses propres ressources.

### **Au plaisir de vous retrouver pour ce nouveau lundi du corporel**