



Master' Class

"La Connaissance de Soi"

A travers des soirées à thème, nous vous permettrons d'intégrer des outils concrets et guidés, d'ouvrir davantage votre champ de conscience et développer vos propres ressources intérieures

*Authenticité
et
Autorisation*



*Confiance/
Estime de soi*



Sommeil



*Lâcher-prise
et
contrôle*



*Féminin
et
Masculin*



Master' Class

"La Connaissance de Soi "

Nos soirées s'articuleront autour de **postures** (yoga, énergétique...), de **méditations** et d'**outils** spécifiques en fonction des thèmes. L'objectif étant aussi d'échanger en groupe.

Lâcher-prise et Contrôle

2 soirées

Jeudi 21 décembre 2023
Jeudi 11 janvier 2024

Féminin et Masculin

1 soirée

Jeudi 11 avril 2024

Confiance et Estime de soi

2 soirées

Jeudi 12 octobre 2023
Jeudi 23 novembre 2023

Authenticité et Autorisation

2 soirées

Jeudi 15 février 2024
Jeudi 7 mars 2024

Le Sommeil

1 soirée

Jeudi 23 mai 2024

De 19h30 à 21h30, Meylan

Inscription par thème de soirée (1 ou 2 soirées) : 40 euros/soirée

Inscription sur l'ensemble du parcours à l'année (8 soirées) : 300 euros