

ATELIERS

Pont-à-Mousson 2017

DIMANCHE

HORAIRE	THEMES	INTERVENANTS	DESCRIPTIF
10h30-11h15	Idogo Qi Gong	Nathalie Boulliung	Venez vous initier à la pratique d'un qi gong avec un bâton, nommé idogo.
11h30-12h15	Initiation à la sophro relaxation	Cécile MICLO	Exercices de relaxation dynamique et visualisation
13h00-13h45	Tête-cœur-tripes Vérifiez vos batteries	Paule TERREAUX	Découvrir comment fonctionnent habituellement mes batteries et comment j'aurais parfois avantage à les solliciter différemment
14h00-14h45	Trucs et astuces à l'aloé vera pour la saison estivale	Odile BENOIT	Utilisation de l'aloé vera pour avoir et garder une belle peau toute l'été. Prévention et actions pour les inconforts de l'été
15h00-15h45	Atrapuncture	Olivier HOUPIE	Méthode Chinoise pour soulager les douleurs
16h00-16h45	Massage bébé	Marjorie PEREIRA	Venez découvrir quelques mouvements, échanger autour d'un thème. Seul le parent masse le bébé.
17h00-17h45	La découverte de la Kinésiologie	Carole Battaglia	Petits exercices de rééquilibrage et de libération du stress émotionnel.