

ATELIERS

DIMANCHE

Saint-Avold 2018

HORAIRE

THEMES

INTERVENANTS

DESCRIPTIF

11h30-12h15

Mouvement du LOUYONG TAO TÖ QI

Fabienne SEHL

Un art sino-tibétain du mouvement proche du Qi Gong, Démonstration de pratique de mouvements en groupe.

13h00-13h45

Moment Magique au féminin pour toutes

Aux Joyeux Atelier Noé

Atelier bien-être pour être ancrer dans sa vie

14h00-14h45

Le langage créatif

Nathalie LEGUERCHOIS

Utiliser la créativité comme un langage, une expression de nous-mêmes, dans le but d'un mieux être avec soi et les autres.

15h00-15h45

Sophrologie

Ségoleine JACOBY

Le mieux-être par la sophrologie

16h00-16h45

Yoga de Samara

Mickael STABLO et les moniteurs (rices) du secteur

Démonstration participative de Yoga de Samara en musique