

*Donner et recevoir un toucher chaleureux,
voici l'objectif premier de la méthode.*

*La relaxation par le toucher est un des
moyens le plus rapide et efficace. C'est donc
avec un grand respect, et une immense joie
que ces ateliers vous sont proposés.*

*Chaque être humain à le droit de connaître,
ne serais-ce que les bases et les gestes simples,
d'une des méthodes les plus ancienne et les
plus répandue au monde.*

*Je vous souhaite de pouvoir découvrir et
faire partager à vos proches le bien être
procuré par le contact humain. Appropriiez-
vous les gestes simples qui font du bien ...*

Association Kundalini Yoga Pessac



7, rue de l'Oregon
33600 PESSAC
06.80.48.70.00
kypessac@yahoo.fr

Imprimé par nos soins, ne pas jeter sur la voie publique

Masso-relaxation

ATELIERS RELAXATION PAR LE TOUCHER

**Le 1^{er} et le 3^{ème} mardi de chaque mois,
entre 20h et 22h.**

à la Salle de Monbalon

**2 rue des Anciens de l'A.F.N. (arrêt bus : Monbalon 2)
33600 PESSAC**

**Préinscription obligatoire
inscription annuelle uniquement**

Début le 4 octobre 2011





Les ateliers de relaxation par le toucher ont pour moyen un groupe de travail, permettant de pratiquer la :

masso-relaxation

Tout au long de l'année, nous construirons un ensemble de gestes suivant une trame, ou chacun apportera sa contribution. L'objectif étant pour la fin de l'année d'avoir défini un protocole complet et reproductible.

Par ce moyen, il ne sera donc pas question d'apprendre par cœur un ensemble de gestes déjà systématisé (comme il est le plus souvent proposé) mais de le **construire ensemble à partir des ressentis de chacun.**

*De par la nature de ces ateliers,
seule une inscription annuelle est possible.
Ce qui correspond au minimum à
15 ateliers répartis sur 9 mois.*

*Des sessions d'entraînement seront également
organisées à la demande.*

*Préparation pour la fin d'année d'une
démonstration pour les membres de l'association*

TARIFS ANNUELS

- Tarif normal, atelier seul : 150€
- Tarif pour personnes inscrites au cours de relaxation : 100€
- Tarif pour personnes inscrites pour 3 cours et plus : 50€

**Apporter pour chaque atelier
un tapis de sol et une couverture chaude**