SAMEDI 11 SEPTEMBRE

PORTES OUVERTES ATELIERS, DÉCOUVERTES

à l'ESPACE ZEN SANTÉ

17 rue de l'Abbaye, MORNANT



MATIN

9h30-10h30 - Emmanuelle CHEYLUS

Thérapeute psychocorporelle

 Automassage et ouverture du coeur » adultes

10h30-11h - Séverine BRUN

Cuisine créative

 « Méditation/visualisation pour ouvrir les 5 sens, puis dégustation à l'aveugle »

tout public

11h-12h - Jean-Sebastien ARNOUX

Yoga thérapeute

« Comprendre, entretenir et améliorer son corps par le mouvement »

ado et adultes

APRÈS-MIDI

14h-15h - Nathalie CARRON

Artiste écrivain

« Créer une carte postale de l'été »

tout public à partir de 8 ans

15h30-16h30 - Rova LEMARCHAND

Musicothérapeute

« Ça en voix!»

tout public

16h30-17h30 - Emilie CORNILLON

Créatrice révélatrice

« Librérer son rayonnement grâce à l'énergie de ses vêtements »

tout public

Découvertes, renseignements et présentation des différentes activités

Entrée libre, venez nombreux!

Renseignements:

Emmanuelle : 06.78.85.07.03 Jean-Sebastien : 06.89.70.84.72