

ATELIER DECOUVERTE DE LA RESPIROLOGIE

Sylvie Salignac



26 février + 5-12 -19 mars de 17H15 à 18H15.

membre de la Fédération
Internationale de Sophrologie
Analytique Transdisciplinaire, agréée ASCA.

La respiration est un élan vital qui permet à chaque cellule de notre corps de fonctionner. Savoir respirer est une clé fondamentale de la santé et du bien-être et la respirologie permet de revenir à ses sensations respiratoires.

Cet atelier vous permet de découvrir les différents outils pour maîtriser le va-et-vient de ce flux d'énergie.

A titre thérapeutique, préventif ou curatif, respirer pour

Tarif pour 4 séances: 120 frs
Tarif Delta et personnel: 90 frs
Inscription: 022 709 00 66
ou sur info@reseau-delta.ch

- Libérer les émotions
- Chasser le stress
- Recharger les batteries
- Gérer les efforts
- Mieux s'exprimer
- Se tonifier
- Se relaxer
- Retrouver son équilibre

A Cité générations
Route de Chancy
98 - 1213 Onex
Tram 14 arrêt Bandol

Cité générations

maison de santé

 **RESEAU
DELTA**
LA SANTE INTELLIGENTE
www.reseau-delta.ch