

Émotions ou autres, **tout ce qui émerge sera accueilli.**
Venez avec votre **spontanéité,**
votre **élan à vous découvrir** vous-même,
nous **ajusterons** nos propositions et outils en conséquence.

Vendredi 13 mars

Arrivée et installation à partir de 18h

21h : **Ouverture du Cercle**

Jeu de rôle collectif : le **Psychisme** et l'**Inconscient** en **action**

Samedi 14 mars

Pleine Conscience

Réceptivité des 5 sens

Repas partagé

Temps libre

Yoga du Rire

Repas partagé

Le **Psychisme** et l'**Inconscient**
en **action**

Dimanche 15 mars

Hyperventilation

(Breathwork, Rebirth,
respiration Holotropique)

Rangement, Repas partagé,

Temps libre

Mémoire du corps

Fermeture du Cercle

18h : Départ

Tarifs :

Transmission et accompagnement :
Entre 160€ et 400€ selon vos possibilités
Hébergement : 70€ le WE (2 nuits)
Repas partagés

Renseignements / Inscription :

Cédric Cassin 06 69 95 09 09
Laëtitia Cassin 07 68 45 57 15
Limite d'inscription : 26/02/26

Lieu :

Gîte le grand R
Savournon
Hautes-Alpes

Proximité Gare TER
50 min de Gap
1h30 d'Aix
1h50 de Grenoble



Association Nuad Thai, A l'écoute du corps Loi 1901