

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

Lieu :

Gîte le grand R

Savournon

Hautes-Alpes

Renseignements / Inscription :

Cédric Cassin 06 69 95 09 09

Laëtitia Cassin 07 68 45 57 15

Limite d'inscription : 26/02/26

Proximité Gare TER

50 min de Gap

1h30 d'Aix

1h50 de Grenoble

