

# **ATELIER MASSAGE AUTO MASSAGE MOUVEMENTS BIEN ÊTRE**



*ces séances sont des temps de ressourcement pour soi et à partager.  
à travers le massage chinois et une pratique somatique issue du Body Mind Centring,  
nous rencontrons nos chemins de bien être,  
découvrons et conscientisons notre corps.  
c'est une invitation à être en bienveillance envers soi et envers nos partenaires.*

***Tous les mardi 18h-20h  
à la ferme de Saint Ygnan à Montjoie***

***Tarifs : 15€, 12€/pers. pour les duos  
12€ la carte de 10 séances***

***Merci d'apporter tapis de sol, couverture,  
coussin et vos envies !***

***Renseignements et inscriptions :  
Cécile : 06 78 74 37 92***