

JOURNÉE de RESPIRATION HOLOTROPIQUE À la manière de l'École du Tantra

Samedi 16 Janvier 2021

Animée par Anne Chambrelent et Christine Bruno,
thérapeutes holistique, professeures de Kundalini yoga,
animatrices à L'Ecole du Tantra et dans L'Antenne Régionale

« Là où je me protège le plus, là où je crains d'avoir mal, là se cachent mes plus belles qualités » Stanislas Grof

Du grec «holos» : tout et « trepein » : se déplacer dans la direction de, le terme holotropique signifie littéralement «qui aspire à la totalité», «qui évolue vers la plénitude».

La respiration holotropique est un puissant outil d'auto-guérison, inspiré de pratiques ancestrales et des connaissances actuelles de la psychologie.

Cette technique respiratoire, dans un accompagnement adapté, revitalise profondément et peut nous ouvrir aux multiples champs de la conscience personnelle.

Cela a pour effet une libération des empreintes du passé, et ainsi une plus grande connaissance de soi, une créativité accrue, un sentiment d'une plus grande d'unité intérieure.

De 9h à 17h30. Tarif : 60 euros.

**Centre Holistique 133 rue Aristide Briand
MONTAUBAN**

*le repas de midi se compose de ce qu'il vous fera plaisir
d'apporter et de partager.*

Bulletin d'inscription accompagné de 20 euros d'arrhes
à adresser Anne Chambrelent 16 bis rue de la république
32120 Mauvezin

www.etre-en-conscience.fr

annechambrelent@etre-en-conscience.fr

TEL : 05 62 64 36 92



**Autre date
13 mars 21**