

# LA DANSE DU SOUFFLE à Saint Setiers

Du Samedi 6 Juillet au Mercredi 10 Juillet 2024

Ateliers animés par ISABELLE ISITT

En lien avec l'association MOUVANCE



La Danse du Souffle est une pratique corporelle et énergétique, accessible à tous, issue de traditions très anciennes. On la considère également comme un chemin de conscience et de connaissance de soi, qui aboutit à un rééquilibrage énergétique global et à un retour harmonieux de l'unité Corps-Cœur-Esprit. Elle repose sur l'alchimie de mouvements régénérateurs et d'un souffle libérateur, œuvrant tous deux en synergie.

Tout au long de la séance, le corps s'étire en profondeur, le mental s'apaise, la respiration se libère, favorisant l'émergence de notre nature profonde, jusqu'à l'état de Bien Être en général.

La Danse du Souffle est une Danse de Soi.

Participation atelier à l'unité (2 heures) 20 Euros

Horaires & lieux de RV, me contacter

Isabelle ISITT - 06 24 58 26 91 - isabel.isitt@gmail.com