

Entrée Gratuite !
Collation offerte
par les
Intervenants.
Stand à
découvrir !

PROGRAMME ET TARIFS DE LA JOURNÉE ZEN EN PLEIN AIR

Du Sam 16 et Dim 17 Mars 2024



Programme de la Matinée de 9h30 à 13h

Sophrologie

Voyage zen en intériorité

Les pouvoirs de la propolis

Marche Zen (Dimanche)

Atelier
collectif

Séance
Individuelle

Massage Crânien Apaisant

Réflexologie Plantaire

Massage Amma Assis (Dimanche)

Méthode écoute ton corps

Inscription

au 06 09 38 32 68

Ou

www.mjsophro.fr/jzepa

Ou jzepa8@gmail.com

Tarifs Formule :

Zen 1 : 1 Atelier + 1 Individuelle : 40 euros

Zen 2 : 1 Séance Individuelle : 35 euros

Zen 3 : 1 Ateliers Collectifs : 10 euros

Place
limitée !

Programme de l'après-midi de 14h à 18h

Le pouvoir de la propolis

Naturopathie et stress / Détox de printemps (Dimanche)

Yoga du rire

Méthode écoute ton corps (5 Blessures de l'âme)

Marche Zen

Atelier
Collectif

Séance
Individuelle

Reiki

Réflexologie Plantaire

Massage Crânien Apaisant

Régulation émotionnelle : Eclairer Réparer Apaiser