

Voyages intérieurs

Respiration transpersonnelle

*Souffle, musique, créativité et travail corporel
avec le soutien du groupe*



- Venez vivre une expérience profonde pour :
- amener les changements positifs dans votre vie
 - accéder à une plus grande vitalité et liberté intérieure
 - prendre soin de la relation à vous-même
 - vous libérer des mécanismes limitants

Samedi 11 mai 2019

Samedi 21 septembre

Samedi 30 novembre

Lyon - Fontaines sur Saône (69)

Chaque journée est indépendante

Avec :

Florence Suaton : Psychopraticienne Transpersonnelle, formée à la Respiration Holotropique par Stan Grof, créateur de la méthode Relaxologue - Formatrice en Développement Personnel
Professeur de yoga
Superviseure pour Relaxologues et Praticien de la relation d'aide.
06 19 08 80 60 - florence.suaton@wandoo.fr - www.liens-vivants.com

Marc Vocoret : Forestier, il apprécie la compagnie des arbres et apprend auprès d'eux la sagesse qui nous lie à nos racines, à nos ancêtres.
Formé par le Ceshum, il accompagne des groupes en Respiration transpersonnelle depuis plus de 10 ans.

Voici une puissante méthode d'exploration de soi et de transformation

intérieure fondée sur une **relaxation profonde, une respiration accélérée, des musiques évocatrices et un travail corporel spécifique d'accompagnement.**

La Respiration holotropique prend sa source dans la découverte du **pouvoir guérisseur des états élargis de conscience**, tels que le Docteur Stanislav GROF et sa femme Christina, psychiatre, chercheur, érudit, expert international l'ont mis en évidence depuis plus de 50 ans grâce à leurs nombreux travaux de recherche.

En élevant les niveaux d'énergie physique et psychique, la respiration accélérée associée à des musiques évocatrices, active l'inconscient et les mémoires du corps, et **donne accès à tous les niveaux de l'être** : domaines biographique (histoire personnelle), périnatal (lié à la naissance), et transpersonnel (au-delà de notre histoire personnelle, accès à plus grand et plus vaste que nous-mêmes).

Il est possible de vivre des **expériences particulièrement transformatrices et libératrices** au niveau physique, émotionnel, affectif et spirituel.

Ce travail individuel au sein d'un groupe se déroule dans un cadre bienveillant, sécurisé et protecteur propice à la transformation.

Au cours du stage, **danse, mouvements corporels, dessins, réalisation de mandalas et parole** favorisent l'élaboration et l'intégration de l'expérience de chacun. Ainsi **un chemin d'ouverture, de créativité et de joie d'être peut se vivre.**

Informations Inscription

Un entretien préalable est obligatoire avant toute inscription ainsi qu'un entretien d'intégration 2 semaines après le stage.

- Tarif : 130 € la journée + 30€ (entretien préalable et entretien d'intégration 2 semaines plus tard)

- Accueil à partir de 9h. Début du stage 9h30, Fin du stage 19h.

- Prévoir une tenue souple et d'apporter un coussin, une couverture, son repas de midi. Possibilité de pique-niquer en bord de Saône à 5 minutes à pied selon la météo.

- Lieu : Atelier de Carole 36 Rue Pierre Bouvier,
69270 Fontaines-sur-Saône -

Bus TCL : 70, 40, 43 , arrêt « Pont de Fontaines » - Gare SnCF

« Collonges-Fontaines ». A 20 minutes du centre de Lyon en voiture.

BULLETIN D'INSCRIPTION

A remplir et à envoyer à

Florence Suaton (28 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône)
accompagné du chèque d'arrhes - Les arrhes seront encaissés en cas
d'annulation moins d'une semaine avant le stage.

Nom : Prénom :

Sexe : Né(e) le : Profession :

Adresse complète :

Téléphone personnel professionnel :

Portable : E-mail :

Je m'inscris pour le **Samedi 11 mai 2019**

Samedi 21 septembre 2019

Samedi 30 novembre 2019

Montant du stage :130 € + 30€ (stage + entretiens)

Arrhes à verser avec l'inscription (seront encaissés en cas d'annulation 1
semaine avant le stage)100 €

Solde à régler le jour du stage :30 € /60€

Je soussigné(e) certifie que je ne présente aucune des contre-indications
suivantes : problème cardiovasculaire, hypertension, épilepsie, pathologie
psychiatrique, glaucome, grossesse, intervention chirurgicale récente.

A Le Signature :

Signature précédée de la mention « lu et approuvé »