

ATELIERS D'INITIATION A LA METHODE TRE®

AU SWISS DOJO DE SAILLON

Samedi
21 mars 2020
14h & 16h

...s'offrir un moment de lâcher prise
dans un havre de paix...

Envie de découvrir un nouvel outil pour vous libérer de vos tensions et douleurs par un processus autonome et naturel?

La méthode TRE est un outil de choix dans la libération des tensions et la gestion du stress. C'est une approche corporelle qui, par la pratique de quelques exercices physiques accessibles à tous, enclenche un mécanisme libérateur de tremblements / vibrations / mouvements, permettant d'accéder à une sensation de profonde détente physique et psychique.

La participation à l'atelier d'initiation vous permettra de :

- ◇ *comprendre et expérimenter la méthode en bénéficiant de l'encadrement de deux praticiennes certifiées, afin de pratiquer chez vous en toute sécurité*
- ◇ *rejoindre des groupes de pratique réguliers.*

DUREE & TARIF

L'atelier dure env. 2 heures et coûte 50.-/ personne.

INFOS & INSCRIPTIONS

Sylvie Napoletano
Psychologue, Praticienne certifiée TRE
079 634 27 33 ou sylvie@syleonavi.com

Marilyn Dévaud
Praticienne en approches corporelles,
certifiée TRE

079 661 20 91 ou info@marilyndeवाद.ch
www.marilyndeवाद.ch/tre/