

Bonjour,

J'organise sur la journée du 📅 **mercredi 16 février** 🌸 différents ateliers à Centrazen.

● De 9h30 à 10h30 : **Atelier "Réveil du corps"**

Cet atelier est destiné aux adultes pour prendre un temps pour se centrer sur soi. On fera des automassages, frictions et étirements des méridiens. 🌸

Participation : 10 euros par personne.

● De 10h45 à 12h : **Shiatsu familial "parent enfant"**

Venez découvrir avec votre enfant le shiatsu familial pour apprendre dans le respect du toucher un shiatsu détente. Cet atelier est ouvert aux enfants de 5 à 10 ans. 🌸

Participation : 15 euros par duo.

● De 14h à 16h : **Shiatsu familial en duo.**

Il n'y a pas d'âge pour apprendre à se détendre.

Venez en duo apprendre un shiatsu bien être. 🌸

A partir de 11 ans.

Participation : 20 euros par duo.

Cette journée se déroule à Centrazen à Miribel Lanchâtre.

Pour toute inscription ou renseignement, contactez moi au 06-13-83-10-73.

Pour information voici le lien pour mon site : <https://aurore.page.link/zenshiatsu>

A très vite,

Aurore DUSSERT

Spécialiste Shiatsu | Instructrice massage bébé | Do in |

Prestations en entreprise | Création de bijoux en pierres naturelles

