

GRAINS DE SABLE
DANSE - MÉDITATION - COACHING HOLISTIQUE

SOIRÉES CERCLE DE FEMMES

Une fois par mois de 19h00 à 21h00

27 sep, 11 oct, 15 nov, 13 déc 2023

salle Les Joies d'Avalon

rue du Valentin 30 à Lausanne

Offre-toi un temps de bien-être, en petit groupe, dans un espace bienveillant, entre moments d'intériorité et de partage. Mets ton corps en mouvement pour te connecter à ses ressources. Explore l'ancrage, la détente, la sensualité, la liberté d'être celle que tu es ! Grâce à la méditation et des exercices créatifs, repars avec des outils utiles pour ton quotidien.

Prix : 50 frs. Inscriptions et paiement jusqu'au vendredi précédant la date de la soirée directement auprès d'Annelise (079/560.57.31) ou de Dragana (078/905.92.80)





QUI SOMMES-NOUS ?

Annelyse Schneider et Dragana Vuckovic Forestier
sont collègues et travailleuses sociales.
Elles ont créé les ateliers Grains de sable
en alliant la palette de leurs passions,
centres d'intérêts et formations.

Annelyse est coach holistique, elle pratique
la méditation et se forme à l'hypnose eriksonienne.

Dragana est thérapeute de famille, elle pratique
la méditation, la danse libre et se forme au Qoya.

Si vous voulez en savoir plus sur nous et ce que nous proposons,
rendez-vous sur : www.grainsdesable.ch

Instagram : [@ateliers_grainsdesable](https://www.instagram.com/ateliers_grainsdesable)