

DANSE TA VIE !

Libérez votre potentiel par le coaching en mouvement

Oser le mouvement libre pour se relier à sa joie profonde, sa singularité, sa créativité et son unicité. Une expérience profonde de transformation intérieure !

INTENTION :

Grâce à ma proposition mêlant de façon innovante la danse intuitive et le coaching, venez explorer votre mouvement intérieur pour rayonner à l'extérieur et libérer votre plein potentiel dans tous les domaines de votre vie.

- Pour revitaliser votre énergie vitale et vous sentir pleinement vivant
- Pour stimuler au coeur de vous vos ressources intérieures
- Pour vous relier, à vous, aux autres et au monde
- Pour vous détendre, libérer vos tensions et vos émotions
- Pour explorer votre chemin d'accomplissement personnel entre matériel et spirituel

PROGRAMME :

Chaque atelier explore une thématique essentielle à son équilibre en lien avec un centre énergétique (chakras en sanscrit) :

- 1 - JE SUIS : J'explore mon monde matériel, mes racines, ma lignée.
- 2 - JE VIBRE : J'explore ce qui donne du goût à ma vie, mon plaisir et mes émotions.
- 3 - JE FAIS : J'explore ce qui me met en mouvement, mon pouvoir d'action, ma place dans le monde.
- 4 - J'AIME : J'explore le pouvoir du cœur, l'intelligence relationnelle, l'amour inconditionnel.
- 5 - JE M'EXPRIME : J'explore mon pouvoir d'expression, ma créativité.
- 6 - JE VOIS : J'explore mon intuition, mon imagination, mes connaissances.
- 7 - JE COMPRENDS : J'explore ma reliance à plus grand que moi, ma vie spirituelle.

EN PRATIQUE :

- Ateliers ouverts à tout.e.s (adulte), pas besoin de savoir danser, juste avoir envie de se laisser guider par son rythme intérieur. Prévoir une tenue confortable et une gourde.
- Un atelier mensuel de 3H chacun, à la carte ou abonnement au cycle complet (7 séances),
- Groupe de 8 personnes maximum,
- Un espace sécurisé et bienveillant,
- Des activités en solo, en binôme ou en groupe,
- Alternance de méthodes de coaching, de danse intuitive et d'ancrage créatif.

INTERVENANTE : **KARINE PASSAGNE, Fondatrice de l'Espace UDYANA.**

Enthousiaste et créative, j'ai fondé cet Espace parce que crois en la capacité d'évolution positive de chaque être humain vers son plein potentiel. Je vous accompagne sur ce chemin avec toute mon expérience professionnelle et ma passion. Certifiée en coaching comportemental et en 7 Energy Danse (Danse Intuitive)



TARIF : Séance découverte (1h30) : 30 €
120€ par atelier
650€ cycle complet soit 7 séances

