

Journées de respiration holotropique 2024

Au Kairn, l'hôtel Harel à la Chapelle-Chaussée (35)

Le samedi de 9h à 18h30

La respiration Holotropique est une méthode créée par le psychiatre Stanislas Grof, concepteur de la psychothérapie transpersonnelle. Elle permet un contact profond avec soi-même au sein d'une relation de groupe et d'un cadre sécurisé.

Cette méthode consiste en un travail spécifique de respiration par amplification et hyperventilation, avec un accompagnement musical évocateur. Elle induit naturellement des états élargis de conscience ouvrant sur différents types d'expériences : biographiques, périnatales, énergétiques, généalogiques, transpersonnelles...



Stéphanie KERLEROUX - Cécile ARTIC
Psychopraticiennes Transpersonnelles
www.stephanie-psychopraticienne-energeticienne.fr

DATES 2024

Samedi 13 Janvier

Samedi 6 Avril

Samedi 29 Juin

Samedi 21 Septembre

Samedi 23 Novembre

Ces expériences sont intensément vécues dans le corps, les émotions pouvant être libérées en toute sécurité et en pleine conscience.

Cette méthode permet à la fois de contacter et de déployer des parts de soi enfouies, de libérer ce qui jusque là était empêché ou contracté, et d'activer tout notre potentiel d'autoguérison.

Entretien téléphonique préalable indispensable avec

Stéphanie 06 09 87 79 33 ou Cécile 06 88 41 32 25

Tarif 130€