

Atelier de mouvements corporels

Approche MLC© – Méthode de Libération des Cuirasses

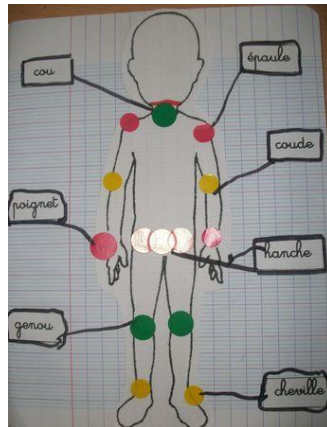
Ces ateliers permettent d'aller délier et dénouer son corps,
de retrouver plus d'espace et plus d'aisance
par le mouvement corporel.
Ils s'adressent à tout le monde.

Dimanche 22 juin

de **9h30 à 12h**

Thème : « rencontre et voyage à travers toutes les articulations du corps »
en lien avec les énergies de l'été

sur place, par zoom* ou par audio**
(merci de bien préciser lors de votre inscription)



Descriptif de l'atelier :

Cette matinée sera consacrée à aller voyager dans les différents segments du corps reliés entre eux par nos fameuses articulations. Elles sont au nombre de, environ, **360** !

Si on regarde leur signification, nos articulations permettent d'unir, de mettre en relation des parties de mon corps pour qu'un mouvement puisse se faire. En effet, **sans articulation, pas de mouvement** ! On distingue les grandes articulations et les plus petites, voire même les insignifiantes parfois alors que si importantes aussi.

D'un point énergétique, chaque articulation correspond à un chakra ... majeur ou mineur.

Plus mes articulations sont libres, plus mon mouvement physique et énergétique l'est aussi.

Par la pratique d'explorations corporelles spécifiques, nous irons rencontrer ce qui bloque, limite et entrave le mouvement de mon corps ... afin de lui permettre d'exprimer son élan profond avec fluidité.

Pour des informations complémentaires : <https://florence-etienne.ch/>

Au plaisir de partager ce temps avec vous

Florence

* si vous optez pour la séance à distance par « zoom », vous recevrez le lien la veille

** si vous optez pour la séance par « audio », vous recevrez l'enregistrement le soir même ou le lendemain

Florence Etienne

Thérapeute corporel

4, av. Jules-Crosnier / 1206 Genève – CH

+41794454670