

Atelier de mouvements corporels

« spécial fluidité »

Nouvelle proposition d'atelier !

Dimanche 25 octobre

de 9h30 à 12h

Thème : vers un corps plus fluide ...
grâce à un voyage à travers ses articulations

Le mouvement corporel est mon fil rouge depuis des années. Dans ces ateliers, j'utilise l'approche MLC© (*Méthode de Libération des Cuirasses*), mais aussi toutes les approches auxquelles j'ai été formée ainsi que celles que j'utilise dans mon propre chemin d'évolution.

Ces ateliers permettent d'aller à la rencontre de la magie de son corps tout en le déliant et le dénouant,

pour y amener plus de fluidité, et retrouver plus d'espace et plus d'aisance **PAR** le mouvement corporel.

Ils s'adressent à tout le monde.

Ils peuvent se vivre par zoom également.



photos faites par D. Blin

Descriptif de l'atelier :

Je n'imagine pas un esprit fluide dans un corps rigide ... et inversement !

Comment alors ramener de la fluidité dans toutes les dimensions de mon corps ?

Selon moi ... par un travail corporel en partant de la base que sont nos articulations ... et depuis là, permettre à cette fluidité de se répandre partout ... partout dans tout mon être.

C'est cette proposition que je fais avec ce nouvel atelier ... comme pour retrouver la « danse » de son corps ... et laisser ainsi son corps « être » et « redevenir » mouvement.

Ce travail, partant du corps le plus dense, se répercutera, ensuite, à tous les niveaux physiques, psychiques, et autres !

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

Au plaisir de partager ces temps avec vous
Florence

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

Florence Etienne
Thérapeute corporel
4, av. Jules-Crosnier / 1206 Genève – CH
+41794454670