

# CIEL-TERRE

VOUS PROPOSE CETTE ANNEE 2017-2018

7 MATINEES POUR MIEUX VOUS FONDRE DANS LE TAO

AU FIL DES SAISONS

"L'APPRENTISSAGE DES PRATIQUES DU TAO DE LA VITALITE EVOLUE A TRAVERS 3 PHASES PRINCIPALES :

**DETENTE ET LACHER PRISE** : CULTIVE LA RELATION A LA TERRE, L'ANCRAGE CORPOREL ET MENTAL DANS LE DAN TIEN

**ÉQUILIBRE EMOTIONNEL** : ENRACINE LA STRUCTURE CORPORELLE ET RENFORCE LA FORCE INTERNE DE L'ESPACE VITAL, "RECYCLE" LES EMOTIONS NEGATIVES EN ENERGIES POSITIVES.

**ÉPANOUISSEMENT ET VITALITE** : OUVRE LE RESENTI DE L'ENERGIE VITALE CHI DES CENTRES ESSENTIELS DU CORPS ET DE L'ESPRIT." AÏCHA SIEBURTH, INSTRUCTRICE SENIOR

LE DIMANCHE 9H30-12H30

8 OCTOBRE - TAO DE L'AUTOMNE

**19 NOVEMBRE - TAO DE L'HIVER 1. ( REIN YIN)**

**17 DECEMBRE - TAO DE L'HIVER 2. (JING RENAL)**

**21 JANVIER - TAO DE L'HIVER 3. (REINS ET ENERGIE SEXUELLE)**

**25 MARS - TAO DU PRINTEMPS**

**15 AVRIL - TAO DE LA TERRE**

**3 JUIN - TAO DU FEU**

35 € LA 1/2 JOURNEE

**ISABELLE de RUNZ**

[cielterre@orange.fr](mailto:cielterre@orange.fr) / 06.85.31.84.77