Retrouver notre pouvoir d'auto-guérison pour transformer le stress et les émotions négatives en vitalité. Par une attention bienveillante du sourire intérieur, nous allons amener une relaxation profonde dans les zones stressées de notre corpst; par l'énergie de vibration des sons (appelés les six sons thérapeutiques), des couleurs et de la lumière, dissoudre et **transformer les émotions negatives en vitalité**. Les effets des sons seront renforcés en incorporant des mouvements simples et fluides. **Ces exercices taoïstes sont faciles à apprendre** et après le stage, chacun sera à même de les pratiquer chez soi.

Tiana TEFY est instructrice certifiée par le maître taoiste Mantak Chia (Universal Healing Tao en Thailand). Elle pratique depuis 20 ans différents styles de Qi Gong et de méditations auprès de maîtres et d'enseignants authentiques. Elle a commence à enseigner le Qi Gong il y a 10 ans.

Elle a reçu une formation en médecine traditionnelle chinoise et s'est spécialisée dans l'alchimie interne pour la santé et le développement spirituel. Elle a par ailleurs une formation scientifique et a travaillé pendant longtemps dans le domaine de la recherche aéronautique. Ainsi, elle est à même d'aider les gens à intégrer les sagesses de ces pratiques traditionnelles dans la vie moderne.

Lieu: 2 Ch. Châteauvieux, Peney-Dessus, 1242 Satigny

Dates & Horaires: Samedi 23-Dimanche 24 mars 2019 - 9h30 à 16h30

Tarifs: 120 FCH (tarif réduit 100 CHF)

Inscription: Manolita tél: **+41 79 5686785**, Email: manolita.farolan@gmail.

Information: Tiana Email: bbaobab108@gmail.com, tél: **0033 6 27 93 46 12**

BAOBAB 108 PARIS - AMSTERDAM