

Douceur en Son Corps propose

les bains de douceur

en séances individuelles
et en ateliers collectifs

la séance individuelle

Relaxation profonde et globale
Une façon d'être nouvelle et unifiée
Saveur de la lenteur...
Bien-être de la douceur...

A découvrir...

Séance 1h
50 euros

A emporter...

au Centre de bien-être
Manoir de Kerdevot - Ergué-Gabéric



Claire Planquette

planquette78@gmail.com

06 52 38 03 54

les ateliers "Bain de Douceur"

en petits groupes

- Des outils pour se donner de la douceur
 - Relaxations sonores guidées
 - Soirées méditatives à la harpe
- Bain de douceur avec le mouvement sensoriel

Laissez-vous bercer...



Claire Planquette

Formée à différentes techniques de bien-être

- Enseignante diplômée en yoga et relaxation.
- Certifiée en somato psychopédagogie méthode Danis Bois mouvement sensoriel
- Formée au Qi Gong et à la méditation pleine conscience.

Également musicienne
voix harpe flûte...

J'utilise la musique et le son
pour créer une atmosphère
propice au bien-être
et la relaxation...



douceurensoncorps.com
facebook.com/baindedouceur