



“ FAITES DU FROID UN ALLIÉ DE VOTRE SANTÉ ”

**Le samedi 7 octobre 2023
de 9h à 11h**

.....
**Venez vivre une expérience exaltante et unique en eau vive,
d'où l'on sort transformé(e) !**

**Accompagné(e) par une professeure certifiée, laissez-vous surprendre
par votre capacité de thermorégulation ! L'intensité du froid vous
amène à retrouver instantanément votre connexion corps-mental,
à ne plus être sous l'emprise de vos pensées négatives et limitantes
et vous relie à votre véritable source qui est la Joie.**

**Nous explorerons différentes techniques d'éveil de la chaleur inté-
rieure dans une approche progressive et respectueuse de chacun(e).**

**Bienvenue aux non yogis et aux frileux.
Thé indien offert.**

Tout public - Autour de Cessy