



“ FAITES DU FROID UN ALLIÉ DE VOTRE SANTÉ ”

**Le samedi 4 novembre 2023
de 9h30 à 11h30**

**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 intérieure dans une approche progressive et respectueuse de chacun(e).

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

Tout public - Autour de Cessy