HOKA HEY

Nature - Vitalité - bien-être

respirer avec les arbres

Dimanche 24 septembre — 10h à 12h

Je vous accompagne dans une immersion guidée en forêt, à la rencontre des arbres, à partir d'une approche issue de la « coach respiration »

Sur réservation— 20 € - près de Lodève

Francoise Navel-Brugnon

* Enseignement du Qi Gong et de la méthode « Périnée & Mouvement » de Blandine Calais-Germain
* Somatothérapeute - Relation d'aide par le toucher
* Accompagnement bain de forêt selon l'approche de la « Coach respiration »

Renseignements et réservations : **06 70 93 96 84**
hokahey.fr — francoise.navel@orange.fr