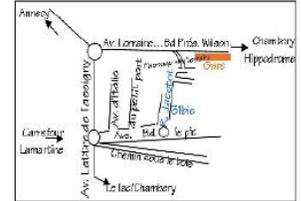


31 bis rue Jacotot
73100 AIX LES BAINS
06 15 43 38 39
espaceaurore@gmail.com
<https://espaceaurore-aixlesbains.com/>

ESPACE AURORE



Programme de l'Espace Aurore -Aix les Bains du 25/11/2022 au 05/01/2023

Voici le programme des activités (stages, conférences, ateliers). Plus d'informations sur notre site ou



ATELIER à L'ÉCOUTE DE SON COEUR

Samedi 26 novembre : 14:00 - 18:00

Le temps d'une demi-journée, viens prendre soin de toi, te connecter à ton cœur et à celui des autres. Ensemble nous explorerons les désirs profonds de notre cœur et apprendrons à les écouter.

Léa GODEZENNE 0769542651 lea.positivevibes@gmail.com

MOUVEMENT DANSÉ

Mecredi 30 novembre : 09:30 - 11:30

Dans cet atelier mensuel, je vous propose de rentrer en relation avec notre corps dansant.

CORINNE VOISIN 0673896939 souslespas@orange.fr

QI GONG, Atelier mensuel

Jeudi 01 décembre : 09:30 - 12:00

Atelier mensuel qi gong : « Nourrir l'intérieur » selon l'enseignement de Mme Lu Ya Fei : quand le geste se fait baume pour le cœur, le corps et l'esprit.

Sylvie ONILLON 0689876858 sylvie.onillon@laposte.net

LAHOCHI Initiation 80 €

Vendredi 02 décembre : 09:00 - 17:00

Un seul jour de formation pour découvrir cette énergie spirituelle aux fréquences vibratoires très élevées. Elle peut être pratiquée par tous. Pas de pré-requis.

MURIEL BRUN 0632960177 contact.mb01@gmail.com <https://www.reiki-rhone-alpes-paca.com/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/muriel-brun/>

LA TÊTE ET LES JAMBES, Atelier de préparation corporelle pour sportifs.

Vendredi 02 décembre : 18:00 - 20:30

Ateliers de préparation corporelle pour sportifs

Blandine WONG 0479636575 b.wong@sensactions.fr <http://www.sensactions.fr/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/blandine-wong>

ATELIER SOPHROLOGIE

Dimanche 04 décembre : 10:30 - 11:30

ATELIER SOPHROLOGIE Dimanche matin 10h30 à 11h30 Ces ateliers sont destinées à celles et ceux qui veulent pratiquer la Sophrologie régulièrement sans travailler sur une problématique précise, qui veulent découvrir la Sophrologie avant d'envisager une prise en charge individuelle ou qui ont terminé un accompagnement et qui souhaitent entretenir les acquis par des entraînements réguliers encadrés.

Caroline GELARD 0678279337 cgelard81@gmail.com

FORMATION EN MAGNETISME 2e NIVEAU

Jeudi 08 décembre : 09:00 - 18:00 Vendredi 09 décembre : 09:00 - 18:00

Ce cursus avancé de 2 jours a pour but de pratiquer le magnétisme à distance, les souffles chauds et froids, les techniques des mains astrales, les outils astraux, le tamis, la visite aux annales akashiques, utiliser les sons chamaniques...

Vincent STELLA

0669979957 info@metamorphoseformation.com www.metamorphoseformation.com

ATELIER DE CHANTTHERAPIE

Vendredi 09 décembre : 19:00 - 21:00

La voix ça peut soigner !

Laurent CARLE 0609591071 laurent.carle70@gmail.com

ATELIER MENSUEL D'EXPLORATION CRÉATIVE A L'AQUARELLE

Samedi 10 décembre : 09:30 - 12:30

Venez explorer votre potentiel créatif avec l'aquarelle ! Vous pourrez découvrir un samedi par mois cette pratique créative et passer un moment de détente et lâcher prise. Cet atelier mensuel est un espace bienveillant et calme, pendant lequel le cerveau se pose et la main prend le relai. C'est un temps d'exploration créative guidée, avec une proposition différente à chaque séance. Ce n'est pas un cours technique ou scolaire.

Clémence BRICOUT 0665628084 clemencebricout.pro@gmail.com

ATELIER J'ÉCOUTE MES ÉMOTIONS

Dimanche 11 décembre : 10:00 - 13:00

Dans cet atelier, je t'accompagne à être plus attentive à tes émotions pour mieux les accueillir, les comprendre, les exprimer et les laisser s'adoucir au besoin. Nous verrons ensemble l'importance de nos émotions.

Léa GODEZENNE 0769542651 lea.positivevibes@gmail.com

YOGA DU RIRE, Atelier toutes les 3 semaines.

Mardi 13 décembre : 19:30 - 20:30

Le Yoga du Rire est une activité étonnante qui permet de vous sentir bien, juste en riant pour rien, et de ressentir une vraie détente corporelle et mentale.

Cécile MARION 0661733520 oeno73@gmail.com

INITIATION REIKI USUI 1er degré : 130 €

Jeudi 15 décembre : 13:00 - 18:00 Vendredi 16 décembre : 09:00 - 17:01

L'histoire du reiki, les principes du reiki, les 4 initiations du 1er degré. Comment recevoir et transmettre l'énergie Reiki, l'auto-traitement, le travail sur les chakras. Un manuel de formation vous est remis. L'attestation de reiki 1er degré est délivrée par la Fédération de Reiki Usui (LFRU) Organisme de formation: convention de formation , nous consulter.

MURIEL BRUN 0632960177 contact.mb01@gmail.com <https://www.reiki-rhone-alpes-paca.com/> <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/muriel-brun/>

Initiation PENDULE/RADIESTHESIE 55€

Samedi 17 décembre : 10:00 - 17:00

Cette formation s'adresse à toutes les personnes qui veulent apprendre à se servir du pendule, à le prendre en main facilement et à l'utiliser au quotidien ou éventuellement pour compléter des séances énergétiques.

MURIEL BRUN

INITIATION LaHoChi 80 €

Dimanche 18 décembre : 10:00 - 17:00

Un seul jour de formation pour découvrir cette énergie spirituelle aux fréquences vibratoires très élevées. Elle peut être pratiquée par tous. Pas de pré-requis.

MURIEL BRUN 0632960177 contact.mb01@gmail.com <https://www.reiki-rhone-alpes-paca.com/>

paca.com/ <https://espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/muriel-brun/>

CONSTELLATIONS FAMILIALES ET SYSTÉMIQUES DE GROUPE

Dimanche 18 décembre : 14:00 - 18:00

Si vous rencontrez: des situations répétitives dans votre vie, des peurs qui vous limitent, des difficultés à concevoir un enfant, des difficultés financières, des problèmes avec ou une plusieurs personnes de votre entourage proche ou non, des problèmes de santé.... Vous pouvez me contacter pour mettre en place une constellation en groupe. C'est un outil puissant et magique

Mélina LEFEVRE 0680483478 melinalefevre@yahoo.fr
