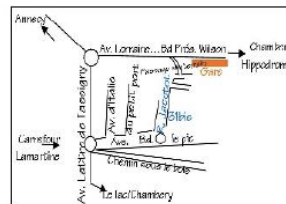


31 bis rue Jacotot
73100 AIX LES BAINS
06 15 43 38 39
espaceaurore@gmail.com
<https://espaceaurore-aixlesbains.com/>

ESPACE AURORE



PROGRAMME DE L'ESPACE AURORE -AIX LES BAINS DU 26/05/2025 AU 02/07/2025

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



ATELIER DÉCOUVERTE DU TAI CHI À L'ÉVENTAIL

MARDI 27 MAI : 19:30 - 20:30

S'initier en douceur au Tai Chi à l'éventail, pratique fluide et esthétique.

ISÉE GIUSTI 0630588015 confluences22@gmail.com

CONSTELLATIONS FAMILIALES ET SYSTÉMIQUES

DIMANCHE 01 JUIN : 09:30 - 18:00

Animés par Christophe Chipier accompagné de Nelly Grange Ces ateliers proposent une immersion dans l'univers des constellations systémiques — un outil puissant pour révéler & transformer les dynamiques invisibles qui influencent nos vies, nos relations et nos héritages familiaux

CHRISTOPHE CHIPIER 0662589449 christophe.chipier@gmail.com <https://www.instagram.com/christopheconstellation?igsh=ZWpyZGo3Nmhrbjhr>

CONSTELLATIONS FAMILIALES ET SYSTÉMIQUES

DIMANCHE 01 JUIN : 09:30 - 18:00

Animé par Christophe Chipier accompagné de Nelly Grange Ces ateliers proposent une immersion dans l'univers des constellations systémiques — un outil puissant pour révéler & transformer les dynamiques invisibles qui influencent nos vies, nos relations et nos héritages familiaux

CHRISTOPHE CHIPIER 0662589449 christophe.chipier@gmail.com <https://www.instagram.com/christopheconstellation?igsh=ZWpyZGo3Nmhrbjhr>

CERCLE DE RÊVES

MARDI 03 JUIN : 18:30 - 20:30

Les cercles de rêves sont des espaces où l'on dépose les tracas du quotidien. A l'écoute de nos rêves nocturnes, même flous, pour accueillir ce qu'ils souhaitent nous souffler. Aucun prérequis nécessaire :

ni rêve en poche, ni connaissance en symbolisme — juste l'élan de partager

QUENTIN DAVANSEAU 0615597493 davanseau.psy@gmail.com <https://www.quentin-davanseau.fr/> <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/quentin-davanseau/>

CREER UNE VIE ALIGNEE ET PLEINE DE SENS AVEC L'ARBRE DE VIE

SAMEDI 07 JUIN : 09:30 - 17:00

Retrouvez sens, élan et alignement avec l'arbre de vie. Lors de cet atelier, je vous aide à revisiter votre parcours unique, faire le point sur vos forces spécifiques, valeurs et besoins afin de clarifier vos objectifs et projets de vie en accord avec votre être profond.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com <https://www.annelauremonfret.fr>

ACUPRESSION THAÏE & CRAMPES MENSTRUELLES(PETIT GROUPE)

SAMEDI 07 JUIN : 10:00 - 12:00

Atelier interactif entre femmes autour des douleurs menstruelles, mêlant compréhension des crampes, conseils pratiques (massages, hygiène, mouvements) et moments de partage pour repartir avec des outils naturels et concrets pour mieux vivre son cycle.

JULIE ORTIZ DE LANDALUCE

0602501460 julie.nuadthai@gmail.com www.acupressiontraditionnellethaie.fr

SÉANCES DÉCOUVERTE YI KING

LUNDI 09 JUIN : 14:00 - 19:00

Venez découvrir le Yi King (le classique des changements), à la fois livre de sagesse multi-millénaire et guide pragmatique pour prendre de bonnes décisions et répondre à vos problématiques de vie. Tarif découverte 30 €.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com <https://www.annelauremonfret.fr>

YOGA DU RIRE

MARDI 10 JUIN : 19:30 - 20:30

Venez vous détendre et lâcher prise en riant !

CÉCILE MARION 0661733520 oen73@gmail.com

ATELIER QI GONG

JEUDI 12 JUIN : 09:30 - 11:30

Pratique en lien avec la saison énergétique, puis d'une forme qui pourra varier en cours d'année. Nous pratiquerons Le tai ji qi gong lignée des Qi gong Yang shen, pour nourrir la vie. Il m'a été transmis par Minoru Hoshino qui l'a lui même reçu de Jio Guorui. Un très beau qi gong en 15 mouvements à découvrir!

SYLVIE ONILLON 0689876858 sylvie.onillon@laposte.net

ATELIER JEU DU TAO

JEUDI 12 JUIN : 17:30 - 21:30

Offrez-vous une expérience authentique à la fois ludique et profonde, pour clarifier et avancer vers vos buts. Grâce à des questions pertinentes, le soutien des autres participants et la sagesse du Yi King, le jeu du Tao vous aide à concrétiser vos objectifs et désirs.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com <https://www.annelauremonfret.fr>

DANSE INTUITIVE GUIDÉE

JEUDI 12 JUIN : 20:00 - 21:00

Une danse introspective sur des musiques vibrantes et variées (tribales, pop, rock, classiques...) qui invitent au voyage intérieur. Un espace de retour au corps et à soi par le mouvement libre. On lâche le quotidien, le mental et les tensions!

NADÈGE TISSOT 0633373486 contact@ntissot.fr <https://www.ntissot.fr>

TANGO RELATIONNEL OU LE TANGO DANS TOUS SES ETATS

VENDREDI 13 JUIN : 19:45 - 21:45

Venez découvrir le tango argentin, danse d'improvisation, pour se rencontrer soi, puis l'autre à travers des jeux axés sur l'écoute, la connexion mais aussi l'ancrage, l'axe et la posture.

CATHERINE PLANCHON 0678858407 parlonsencorps@hotmail.com

PEINDRE L'ÂME - UNE JOURNÉE DE RELIANCE PAR LE GESTE, SOUFFLE ET SYMBOLE

SAMEDI 14 JUIN : 09:00 - 17:00

Revenir à la source par le souffle un pinceau à la main, un espace de création intuitive où la peinture

devient un chemin de présence et de liaison à l'âme. Une calligraphie du chant de votre corps sur un tempo du souffle créateur. Anges, lettre hébraïque, animal totem...

SIMONE SEMPÉRÉ 06 63 17 36 62 sabotlis@gmail.com <https://www.simone-sempere.art>

OM CHANTING

MECREDI 18 JUIN : 19:30 - 20:30

Venez allumer la Lumière en vous et dans le monde en pratiquant un Om Chanting. Chanter le OM améliore le bien-être global de ceux qui le pratiquent régulièrement, transforme la négativité en énergie positive, apaise le mental, favorise l'alignement de l'être et purifie l'environnement.

AURÉLIE BARBE aurelieomchanting@gmail.com

PRATIQUE YIN YOGA ET ECLAIRAGE YI KING - SAISON ÉTÉ

JEUDI 19 JUIN : 14:30 - 17:00

Pour accueillir l'été, nous vous proposons un moment pour vous reconnecter à votre cœur et votre intuition avec l'aide du Yi King (livre millénaire de sagesse chinoise et guide pratique d'aide à la décision) et une pratique corporelle de Yin Yoga.

ANNE LAURE MONFRET 0658514227 annelauremonfret@gmail.com <https://www.annelauremonfret.fr>

ATELIER DECOUVERTE AQUARELLE

VENDREDI 20 JUIN : 17:00 - 20:00

Venez explorer votre potentiel créatif avec l'aquarelle ! Sans aucun pré-requis, vous pourrez découvrir une pratique créative et passer un moment de détente et lâcher prise. Cet atelier est un espace bienveillant et calme, pendant lequel le cerveau se pose et la main prend le relais. C'est un temps d'exploration créative guidée.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/clemence-bricout/>

HATHA YOGA SONORE

SAMEDI 21 JUIN : 09:30 - 11:30

Enchaînement de postures et de sons pour harmoniser les chakras

SYLVIE ZIMMERMANN 0674817677 bienetreenyoga@gmail.com <https://>

www.bienetreenyoga.wixsite.com/lorambre

ATELIER MENSUEL D'EXPLORATION CRÉATIVE A L'AQUARELLE

SAMEDI 21 JUIN : 09:30 - 12:30

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. Il est possible de participer une seule fois.

CLÉMENCE BRICOUT 06 65 62 80 84 clemencebricout.pro@gmail.com <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/clemence-bricout/>

ATELIER QI GONG DU SOLSTICE

SAMEDI 21 JUIN : 15:30 - 18:30

Fêter en soi l'apogée du yang ! Goûter à la joie du jour le plus lumineux de l'année. Une après-midi pour célébrer en qi gong le coeur de l'été.

LOUISE ROTHÉ AIRELLE 0632023997 airelle@ecomail.fr <https://www.airelle-energetique.fr>

MÉTHODE WIM HOF ATELIER DÉCOUVERTE

DIMANCHE 22 JUIN : 09:00 - 12:30

Découvrez votre plein potentiel grâce à la méthode Wim Hof. Reprenez le contrôle de votre santé et de votre force vitale grâce aux trois piliers de la méthode - Respiration profonde consciente - Exposition au froid - Gestion mentale, engagement

GARRY DUMONT 0669588573 garry.dumont@gmail.com

ATELIER MENSUEL DE DANSE SENSITIVE

DIMANCHE 22 JUIN : 14:00 - 16:00

La danse sensitive est une danse libre, intuitive, accessible à tous. Le thème du jour et la musique nous guident, nous entraînent dans notre liberté de mouvement, dans notre créativité. Une exploration personnelle, soutenue par le groupe.

CATHERINE PLANCHON 0678858407 parlonsencorps@hotmail.com

CERCLE DE PARDON

MECREDI 25 JUIN : 19:45 - 22:00

Initié par Olivier Clerc et inspiré de Miguel Riuz (Auteur "Les Quatre Accords Toltèques"), le cercle de pardon est un rituel de guérison du cœur très puissant : un véritable baume pour le cœur et l'âme. Une expérience à vivre et à revivre sans modération ! ❤️

AURÉLIE BARBE aurelieomchanting@gmail.com

SEANCES AVEC SHERWIN, INTERVENANT PHILIPPIN

JEUDI 26 JUIN : 08:40 - 19:30 VENDREDI 27 JUIN : 08:40 - 19:30 SAMEDI 28 JUIN : 08:40 - 19:30 DIMANCHE 29 JUIN : 08:40 - 19:30 LUNDI 30 JUIN : 08:40 - 16:00

Sherwin est un intervenant holistique, il s'adresse aux corps physiques et subtils, dont l'âme et l'esprit de la personne concernée, afin de dissoudre les blocages présents dans le subtil prenant ensuite matière dans le corps physique .

ALBANE DE CHALAIN 0762790395 contact@verslaconscience.com www.verslaconscience.com

ATELIER MENSUEL DE PEINTURE CRÉATIVE & INTUITIVE

SAMEDI 28 JUIN : 14:30 - 17:30

Vous souhaitez exprimer votre créativité en peinture, mais vous vous sentez intimidé par la toile blanche ? Vous avez eu des périodes prolifiques artistiquement, mais vous avez perdu cette inspiration et souhaitez vous renouveler ? Je vous propose de découvrir ensemble le potentiel créatif qui vous habite déjà, les moyens de favoriser l'état de flow et de libérer votre âme créative.

CÉCILE TROUSSE 0687153794 ceciletrousse@gmail.com <https://www.ceciletrousse.com/> <https://www.espaceaurore-aixlesbains.com/equipe/cecile-trousse/>
