



Ce stage est né de l'élan de vous offrir un moment privilégié pour :

- **vous ressourcer** à travers l'**exploration** du temple de votre corps et la **présence** à la nature environnante.
- **accroître** vos **connaissances** et votre **conscience sensorielle** de zones peu connues ou méconnues : le bassin, le petit bassin et les tissus qui les composent.
- **développer** la **conscience corporelle** de ces espaces **reliés à l'ensemble du corps**.
- **se réconcilier avec son corps** et des zones parfois malmenées, douloureuses...
- **s'incorporer** (embodiment) selon l'approche du Body Mind Centering®
- **accroître ancrage, vitalité, créativité**.
- **vivre de joyeux et intimes moments de partage** entre femmes.