

## PRENDRE SOIN DE LA VIE EN SOI...

### MON CORPS ME PARLE... J'ECOUTE ... ET JE ME RESSOURCE

L'expérimentation pas à pas de la  
Méthode Vittoz, thérapie psycho -  
corporelle permet de trouver des  
appuis et un ancrage pour une réponse  
adaptée à nos besoins en accord avec  
la vie en soi.

A partir de la relaxation, alternance  
entre sensations / concentrations, la  
marche consciente, les appels d'états...

A l'écoute de ce qui se vit dans le  
corps, le mental, l'émotionnel,  
l'équilibre reprend ses droits, le posi-  
tionnement s'ajuste, l'agir s'installe  
alors en accord avec soi, affirmant la  
place d'un « je » confiant et estimé.

#### LIEU:

« Terre du Sud » à Saint - Cézaire  
sur Siagne au cœur des Alpes Mariti-  
mes à 16 kms de Grasse. Un lieu dédié  
au bien-être et à la remise en forme  
avec chambres d'hôtes indépendantes,  
piscine, spa, sauna. Un espace privilégié  
pour se ressourcer.

COÛT DU STAGE : 240 euros

14/15/16/17/18 AOÛT 2016

(hors hébergement, repas à préparer sur  
place et à partager)

Accueil: 14 août 18H au 18 août 14h

Stage animé par 2 thérapeutes  
certifiées à la méthode Vittoz

Bénédicte CORRION

06/08/92/32/40

[bcorrion@numericable.fr](mailto:bcorrion@numericable.fr)

Sylvie VEILLON

06/30/16/80/40

[sylvie.veillon@laposte.net](mailto:sylvie.veillon@laposte.net)

Inscription accompagnée d'un chèque  
d'arrhes de 75 euros

NOM.....

PRENOM.....

ADRESSE.....  
.....

PORTABLE.....

MAIL.....

Je m'inscris au stage du 14/15/ 16/ 17/ 18  
Août 2016.

Possibilité de location à la semaine ou plus  
au tarif dégressif.

Renseignements pour chambres d'hôtes sur le  
lieu: 06/08/92/32/40

Possibilité de gîtes aux alentours



