



Harmonie et art de vivre..



*Imagine ta vie comme un chemin dont tu es l'Horizon et la Source*

*J. Salomé*



*Le 06 Décembre 2009 au CENTRE ENHYS  
17 Rue Beaudoin PARIS 13ème  
M° Nationale, Bibliothèque F. Mitterrand  
9H30 - 17H30*

*Hélène Le Goaziou sera heureuse de vous accompagner pour un  
fantastique voyage «EXPLORATION DE SOI» à bord d' un magnifique vaisseau.....  
«VOUS»*

*Yoga, brain gym, relaxation, auto-massage,  
méditation, respiration, et pourquoi pas «rire ensemble.»!  
Quelques- uns des outils de la première démarche à la recherche du bien-être,  
de la détente et du lâcher-prise*



*Pour la pause déjeuner: vos bons petits plats seront partagés en toute convivialité,  
toutes formes de créativité dans l'art culinaire seront donc appréciées(salades, tartes, pizzas etc...)  
L'Après-midi vous pourrez choisir entre:*

*Massage du dos ou  
Harmonisation énergétique  
Nous clôturerons notre journée par une belle Relaxation: PAIX JOIE ET AMOUR*

*Tarif de la journée: 50 euros*

*Inscription au plus tard le 29/11/2009*

*au 06 80 31 30 13*

*Tenue décontractée – 1 couverture légère  
et tapis de gymnastique ou yoga*

*<http://www.harmonie-art-de-vivre.fr>*