

**A Sion,  
les lundis  
18h à 21h  
Dès septembre 2017**

# Cours de Tai Chi, Qi Gong et Méditation

## **Sabrina Alberti**

Psychologue, physiothérapeute, instructrice MBCT, enseignante à la HES filière physiothérapie. Elle approfondit depuis plus de 20 ans l'approche holistique de l'être humain, notamment par le travail sur la respiration et sur le lien fondamental corps-esprit. Elle enseigne notamment la Pleine Conscience aux étudiants HES et aux professionnels de la santé et applique les techniques psychocorporelles en consultation psychologique privée.

L'enseignement sera un partage de la pratique reçue, depuis plus de 20 ans, au départ des enseignements de Tew Bunnag.



---

*Ouvert à tous*

---

Cours hebdomadaire pour débutant et intéressé, organisé en trois moments.

---

**Lieu :** 18h-18h45 Automassage

**Espace Savitri** 18h45-20h Qi Gong et Tai chi

**Av. de Tourbillon 43** 20h-21h Méditation

**1950 Sion** *Possibilité de participer à une ou deux sections ou à toute la durée du cours, de manière régulière ou ponctuelle.*

---

Tarif : 35.- par soirée, prix à convenir si pratique partielle ou continue.

**Premier cours :**

**Lundi 4 septembre 2017**

**Inscription souhaitée**



## **Atelier Psychocorporel**

Sabrina Alberti  
Rue de la Cotsette 2  
1950 Sion

079 679 99 36  
sabrina@psychocorporel.net  
www.psychocorporel.net