

A Sion,
les lundis
18h30 à 21h30

Cours de Tai Chi, Qi Gong et Méditation

Sabrina Alberti

Psychologue, physiothérapeute, instructrice MBCT, maître d'enseignement à la HES-SO Valais, 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.

Ouvert à tous

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



Tew Bunnag, 2017

Cours hebdomadaire pour tous, débutant et intéressé.

Lieu :

Espace Savitri

Av. de Tourbillon 43

1950 Sion

- 18h30-19h15 Automassage
- 19h15-20h30 Qi Gong et Tai chi
- 20h30-21h30 Méditation

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.

Inscription souhaitée



Atelier Psychocorporel

Sabrina Alberti
Rue de la Cotsette 2
1950 Sion

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