

Les lundis
18h à 21h

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 presque 30 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. Elle a co-fondé Soinsanté, une entreprise qui intervient pour soutenir la santé, dont le produit phare est la Cure de santé. www.SoinSante.ch.

Ouvert à tous

L'enseignement sera un partage de la pratique reçue depuis presque 30 ans, sur la base des Enseignements de Tew Bunnag.



Lieu :

Institut Ananda

Rue Centrale 8

1964 Conthey

Cours hebdomadaire pour tous, débutant et intéressé.

- Éveil du corps Automassage
- Pratique Qi Gong et Tai chi
- Pleine Présence Méditation

Tarif : 35.- par soirée

Inscription souhaitée



Atelier Psychocorporel

Sabrina Alberti
Rue de la Cotsette 2
1950 Sion

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