

Warning: reset() [[function.reset](#)]: Passed variable is not an array or object in /mnt/113/sda/4/7/atelierbienetre.fabr/plugins/system/ki_mootools_control.php
on line
77

Warning: key() [[function.key](#)]: Passed variable is not an array or object in /mnt/113/sda/4/7/atelierbienetre.fabr/plugins/system/ki_mootools_control.php
on line
78

Le développement de la conscience du corps est une porte d'entrée qui peut faire lien avec d'autres formes d'expression, de pratiques sportives. Consécutivement à la pratique du yoga, il peut être question de s'ouvrir sur;

- des activités créatives et manuelles (travail du bois, de la terre, la peinture la technique du mandala),
- des démarches culinaires telles la fabrication du pain, de fromages de chèvre ...
- une pratique physique ou énergétique en lien avec la nature. (randonnée

pédestre; mer montagne, équitation, pratique du Reiki).

Il peut ainsi être question que les ateliers puissent se vivre au sein de locaux, de lieux plus adaptés de par la pratique de l'activité, voire de la démarche plus spécifique.

Dans ces différents ateliers la respiration sera au coeur de notre cheminement qu'il soit physique, artistique ou créatif.