

JOURNEE WATSU® ROUND



*Une
journée
pour
découvrir,
recevoir,
pratiquer
quelques
mouvements
de Watsu®.*



Le Watsu® round est la dernière étape franchie par le créateur du Watsu®, Haroll Dull. **Puissante technique de relaxation**, elle met l'accent sur l'écoute, la conscience et la présence au corps ; le Watsu® représente **une manière de revenir à nous, à notre cœur et à notre corps, à un silence intérieur plein de vie et de calme à la fois.**

Le Watsu® permet la perception de la fluidité et du soutien : **c'est une invitation à s'accorder du temps pour ressentir, éveiller et célébrer l'énergie des émotions** tout en s'impliquant dans la symbolique du trias : dans le Watsu® round, en effet, il est possible d'expérimenter le rôle de celui qui donne, de celui qui reçoit et de celui qui assiste à la pratique, expérimentant ainsi l'approche du premier mouvement Watsu®.

L'événement est ouvert à tous : familles, amis, curieux.

☛Contenu☛

- Découverte de la relaxation dans l'eau.
- Pratique d'Aï-Chi.
- Recevoir et Donner du Watsu®

☛Modalités☛

- De 9h à 12h30 et 14h30 à 18h
- Tarif : 110€ la journée & 50€ entrée SPA
- Nombres de participant : 6 à 9 participants
- Repas partagée sur place



Intervenante : Lucile GARCIA, j'anime depuis 2012 des ateliers de relaxation aquatique et je suis praticienne de Watsu® et Healing Dance®.

J'ai pratiqué la plongée sous-marine, exploré le milieu marin et enseigné la plongée pendant plus de 10 ans en France et à l'étranger. Je me passionne pour cet élément : l'eau, aussi bien comme **élément support de santé**, que **vecteur de relation et d'échange** dans un espace de **respect**, et de **bienveillance**.

INSCRIPTION Date de la journée :

Prénom, Nom :

Adresse :

Ville :

Code postal :

Pays :

Téléphone :

E-mail :

Signature :

Date du jour :

Réservation : 50€ d'arrhes

- **par chèque et voie postale** à Lucile Garcia 9 rue des myrthes 12400 Saint Affrique

- **par virement M. Lucile GARCIA**

IBAN : FR76 1027 8116 3200 0201 0520 543

BIC : CMCIFR2A Banque : Crédit Mutuel

Avec la mention « WATSU Round » et votre nom, prénom. Merci.

Les arrhes en cas d'annulation du stagiaire, sont remboursés en cas de force majeure sur justificatif. Annulation 72h avant la journée, l'organisatrice rembourse 20 % des arrhes versées. En cas d'annulation du stage par l'organisateur, ces arrhes vous seront intégralement remboursés ou reporter à une date ultérieure, à votre convenance. Ces arrhes ne sont pas encaissés avant le cours sauf pour les réservations par virement bancaire.