



Graines de sagesse

Yoga et Sons, Art de vivre
*
Régénération foie/vésicule biliaire

Septembre 2022 à Juin 2023



La Villa « Espace Jacqueline Sant », 8 rue de
Bellevue,
26100 ROMANS
Tél : 06 85 73 60 24
Site : www.natgrainesdesagesse.fr



Josseline GEORGES

La Villa « Espace Jacqueline Sant », 8 rue de
Bellevue, 26100 ROMANS

TÉL : 06 85 73 60 24

Mail : nat.hatha@orange.fr

Site : www.natgrainesdesagesse.fr

Graines de Sagesse

- des pratiques naturelles de santé, agréables, revitalisantes, harmonisantes, des moments pour se poser, se régénérer, se recentrer, se détendre, échanger, s'exprimer... Pour gagner en vitalité, en bien-être et en sérénité.

Josseline Georges

- des consultations de naturopathie (bilans iridologiques, plans nutritionnels, biothérapies personnalisées et adaptées)
- des séances d'harmonisation corporelle, synthèse de diverses techniques de massage avec accompagnement sonore (bols de cristal, bols tibétain, diapasons, ...)

Mon parcours professionnel:

Licenciée Socio-culturel,

Educatrice de santé/ Naturopathe (diplômée de L'ASH et de L'IHMN). Praticienne de massages bien-être (diplômée L'ASH, ARTEC, T.Neuman),

Enseignante en Yoga/ Sons et méditation par la voix Do-In et relaxation, (diplômée de l'école B.Khane, de CNFYIDA et J.Rofidal, et de L'École Patrick Torre).

J'exerce depuis plus de 32 ans : cours de yoga et disciplines associées , consultations en naturopathie et iridologie, massages bien-être. Je suis intervenue dans des structures diverses auprès d'enfants/adolescents et adultes et en formation.

Cours Yoga, Sons et Art de vivre

Synthèse de différents courants de Yoga
dont le Yoga du son



Pour habiter son corps
de façon consciente, se
détendre, s'assouplir, se
dynamiser jusqu'à retrouver
une harmonie tonique, un état
de présence, d'ouverture et de
confiance ...

Seront proposés postures accompagnées
par du yoga du son, pranayama (pratique de
respiration), exercices de contraction et
tonification, yoga des yeux, yoga du visage, ,
do-in, relaxations, méditations ...



Ces pratiques seront associées à des conseils
d'hygiène globale de santé naturelle ...

..... Lieux ...Horaires Tarifs

au 8 rue Bellevue à ROMANS, La Villa Salle de
l'Espace Jacqueline Sant, au 1er étage.

Lundi de 14h à 15h30

Lundi de 18h30 à 20h

Mercredi de 9h30 à 11h et 18h/19h30

Début des cours:

Lundi 19 Septembre 2022

Une séance gratuite sera proposée avant
engagement.

Tarifs :	Plein	Réduit*
- Trimestre	130 €	85 €
- ½ Année (4mois ½)	170 €	115 €
- Année	290 €	195 €

* Etudiant(e)s et exonéré(e)s d'impôts
sur le revenu

Les cours ne seront pas assurés les jours fériés et
sur les semaines de vacances scolaires (Toussaint,
fin d'année, Hiver et Printemps).
La saison se termine fin Juin.

Sessions « Régénération du foie et de la vésicule biliaire »

Un week-end, avant l'hiver, et un ou deux
autour du printemps, pour pratiquer un étonnant
outil de nettoyage du foie / Vésicule biliaire et
intestins...

Pour améliorer votre santé, retrouver de la vitalité,
un meilleur moral et amener un réel bien-être.

du samedi 12h au dimanche 16h

- Les 8 et 9 Octobre 2022
- Les 25 et 26 Février 2023
- Les 22 et 23 Avril 2023

Tarif animation 115€ (tarif plein) **85€** (tarif
réduit) (+ adhésion à Graines de Sagesse: 6 € pour
les non encore adhérents)

Dans le cadre verdoyant et paisible du Creuset
de Meymans au pied des Monts du Matin,
contreforts du Vercors.

tarif hébergement comprenant deux repas adaptés
végétariens et biologiques :

52€ en chambre à 2

57€ en chambre individuelle

Bulletin d'inscription (à renvoyer à Graines de Sagesse)

NOM Prénom

Adresse

.....

tel

mail

Cours de Yoga et Sons

- Trimestre 130€ ou 85€
- 1/2 Année 170€ ou 115€
- Année 290€ ou 195€

Session «régénération foie-VB»

- ▲ 8/9 Octobre 2022)
- 25/26 Février 2023) 115 € OU 85 €
- 22/23 Avril 2023)

Joindre un acompte de 20% du total + 12 € d'adhésion à
Graines de Sagesse

Signature

