



DECOUVRIR LA RESPIROLOGIE

Avec Agnès & Edouard Stacke

25 & 26 2023
Dijon

La fonction respiratoire impacte tout le fonctionnement humain physique, psychique et émotionnel. Quand elle est automatique, elle est source de dysfonctionnements et de pathologies. A l'inverse, quand la respiration devient

consciente et maîtrisée, elle est source d'équilibre, de stabilité émotionnelle, de vitalité et de sérénité. Venez découvrir les processus et les pratiques qui vous permettront d'accéder à des ressources insoupçonnées.

PROGRAMME

- Les bases anatomiques et physiologiques
- Exploration du schéma corporel appliqué à la Respirologie et des différentes modalités respiratoires
- Pratiques de la respiration consciente simple ou complète. Concentration sur la respiration et techniques orientales (Pranayama du Yoga, méditation bouddhiste Zen, Tai-Chi-Chuan, Qi Gong)
- Modulations et variations du souffle (Ralentir- accélérer- accueillir les perturbations)

MODALITES PRATIQUES :

Date et horaires : samedi 25 (9h 30 - 18h30) et dimanche 26 (9h30 - 17h30) mars 2023

Lieu : Vannes (Morbihan) - l'adresse exacte sera communiquée à l'inscription

Tarif : 360 € par personne (déjeuner non compris)

Public concerné : tout professionnel des secteurs santé, éducation, sports, relation d'aide et accompagnement ressources humaines

CONTACTS :

Edouard STACKE : 06 80 42 11 49 - Agnès STACKE-OVERLI : 06 87 06 54 72 - www.respirologie-france.com

COORDINATION : Magali CAPRON - m.capron8@icloud.com

ADMINISTRATION : Agnès STACKE-OVERLI - N° Siret : 847 659 000 00016 - APE : 7022Z
Le Flegmatique - Face 50 quai Alphonse Le Gallo - 92100 Boulogne-Billancourt

BULLETIN D'INSCRIPTION (à adresser avec votre règlement à l'adresse ci-dessus)

Nom.....Prénom.....

Profession.....Société.....

Adresse.....

CP.....Ville.....

Tél. fixe.....Tél. portable.....

Mail.....

Je m'inscris à la Masterclass Respiro « Découvrir la Respirologie », les 25 & 26 mars 2023, à Dijon

J'effectue mon règlement de la totalité par virement bancaire - ou par chèque - à l'ordre de Agnès STACKE-OVERLI

Coordonnées bancaires : IBAN : FR76 1695 8000 0190 4965 2942 175 - BIC : QNTOFRP1XXX

Date..... Signature.....