



Introduction à la Respirologie Avec **Agnès Stacke-Overli**

Conférence **Mercredi 5 avril 2017**,
De 19h00 à 21h00

**Holiste 29 Bd Henri IV
75004 Paris**

La RESPIRATION, fonction importante et méconnue, nous accompagne jour et nuit, tout au long de notre vie. Son potentiel est sous-utilisé par le plus grand nombre. Son bon fonctionnement, sa maîtrise consciente, sont garants d'une bonne vitalité pérenne et d'un meilleur équilibre psychologique. **Venez découvrir les bénéfices et les pratiques de la Respirologie et explorer la méthode Vital'Respir™.** Nous en partagerons les dimensions psychophysiologiques, ainsi que leurs effets sur la santé, la sérénité, la gestion des émotions, les attitudes et comportements, l'ergonomie des gestes quotidiens (effort, repos, niveau de tonus utilisé), ou exceptionnels (sports, danse, théâtre, etc.).

Agnès Stacke-Overli : Coach, consultante en développement du mieux-être au travail, Psychopraticienne et certifiée en Respirologie thérapeute psychocorporelle, DU de gestion des émotions par la relaxation et la cohérence cardiaque, formatrice à la méthode Vital'Respir™, Vice-Présidente de l'Association de Promotion de la respirologie et de l'Education à la Santé (A.P.R.E.S)

PUBLIC CONCERNE :

Grand public, Professionnels de la santé, du sport, de l'art corporel, du coaching, de la formation et de l'éducation, de la relation d'aide, sophrologues, enseignants et pratiquants de yoga, Tai Chi, Qi Gong.

MODALITES :

Conférence : mercredi 5 avril 2017 (de 19H à 21H)

Lieu : Boutique Holiste 29 Bd Henri IV 75004 Paris Métro Bastille
www.holiste.com

Participation : gratuite

Nombre de places limitées. Inscription préalable nécessaire : info@100ways.net

Infos complémentaires : www.respirologie-france.com