

Atelier « se rencontrer avec le cheval »

Dans cet atelier, je cède ma place au cheval pour être votre miroir. Face au cheval vous allez prendre conscience de vos points forts ou faibles, vous allez à la rencontre de votre être le plus profond, sans tricher, car avec l'animal, pas de masque possible, on ne fait pas semblant.

En effet l'animal va communiquer avec le non verbal, votre attitude, votre posture, votre pensée. Vous allez pouvoir développer cette perception, dépasser vos émotions, renforcer votre potentiel.

Vous allez travailler l'instant présent, l'authenticité.

L'atelier couplera plusieurs techniques comme la sophro, la PNL, l'EFT si nécessaire selon les émotions. Un beau voyage au pays du vrai.

Le travail se fait à pied, à côté du cheval. Par soucis de sécurité, chaussures de marche ou assimilées.

L'atelier dure 3 h (partie sophro et travail avec les chevaux). Vous aurez 2 chevaux, sans risque bien sûr

Tarif : 25 € (Paf libre si soucis financier)