

Méditer ma Santé

Je vous propose de vous mettre en accord avec la loge énergétique de la saison par des exercices éprouvés que j'enseigne depuis plus de 15 ans. Fruit de ma pratique, de mes formations et de ma réflexion, mon travail original vous permettra de vous harmoniser, de renforcer les organes de chaque saison au bon moment. Vous gagnerez en santé et en autonomie.



Avec Muriel Gay
06 83 11 35 57



Organisation

Le matériel est fourni :

Vous n'êtes pas obligé à une posture, un exercice. Je propose des adaptations.

Le matériel est fourni : tapis, chaises, fauteuils, coussins, briques...

Les visualisations seront facilitées par des images.

Une pause vous permettra de souffler au milieu de l'atelier.

N'hésitez pas à me contacter pour des spécificités de votre corps.

Septembre : poumon

Janvier : rein

Mars : foie

Avril : rate, pancréas

Juin : cœur

**Ateliers
5 éléments**

Au cabinet : 78 rue Adrien Recouvreur
Angers Tram Bamako

Inscription par téléphone :
06 83 11 35 57

Par mail : elmuri@orange.fr

Ateliers 5 éléments



*Méditation,
visualisation,
symbolisme de la
loge énergétique,
exercices physiques
et auto massage.*

*mercredi 25 septembre
mercredi 15 janvier
mercredi 19 mars
mercredi 16 avril
mercredi 11 juin
De 18h00 à 20h00*

Avec Muriel Gay

Mon parcours



Kinésithérapeute depuis plus de 40 ans, j'ai très vite été interpellée par la limite des traitements localisés appliqués au corps physique.

Je me suis formée à la méthode Mezières puis à l'ostéopathie et à l'énergétique chinoise. Je suis psycho praticienne diplômée en sophro-analyse. Je suis formée aux constellations familiales et systémiques.

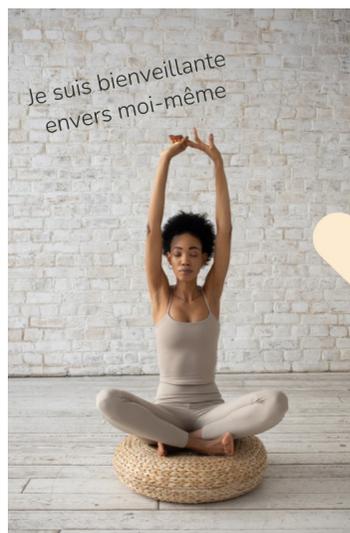
Je suis au contact de la méditation de puis plus de 20 ans et je pratique en groupe depuis plusieurs années.

Je suis formatrice certifiée. (concept et animation en séquences pédagogiques)

[Www.famille-cle.com](http://www.famille-cle.com)

Vous faites un métier magnifique!

Alors que vous vous levez tous les jours, que vous travaillez 5 jours sur 7, que vous parlez toute la journée, quand prenez-vous le temps de vous rencontrer, vraiment? Uniquement entre vous et vous-même? Vous êtes dans votre métier de devenir humain et vous faites un métier magnifique mais vous en donnez-vous les moyens? Devenir plus conscient, plus sensible, plus attentif, plus centré, plus entier, plus complet.



"sortir de la ruminaton"

**Mercredi 16 avril
de 18h à 20h00**

**Avec Muriel Gay
06 83 11 35 57**



**A Angers,
Mercredi 11 juin de 18h à 20h00
06 83 11 35 57**

**30 euros
l'atelier**

Inscription :

**5 ateliers de 18h00 à 20h00 :
120 euros**

Par atelier : 30 euros

**Avec la gymnastique des 5 saisons :
100 euros pour les 5 ateliers**

Nom

Prénom

No Tel :

Mail :

**Ateliers
5 éléments**

**Au cabinet : 78 rue Adrien Recouvreur
Angers Tram Bamako**

**Inscription par téléphone :
06 83 11 35 57**

Par mail : elmuri@orange.fr