



# Respiration Consciente & Yoga

## Expansion vers soi

du 29 au 31 juillet 2023



Chrystel et Christine vous proposent  
3 jours de pratiques corporelles et sensorielles  
**Yoga** (postures, souffle, voyage sonore, chants...)  
**Respiration Consciente, Danse...**

Dans l'écoute et la réceptivité de soi, au cœur du monde.

Lieu dit Le Moulinal à Puylaurens  
à 1h de Toulouse

Tarif : 350€

Pratiques - Repas - Hébergement

### Infos et réservations

#### **Christine Delafoulhouze**

Praticienne Respiration Consciente  
06 29 44 83 20  
christine@rebirth31.fr  
[www.rebirth31.fr](http://www.rebirth31.fr)

#### **Chrystel Conesa**

Enseignante Hatha Yoga  
06 81 62 70 49  
chrystelconesa09@gmail.com  
[www.planet-rando.com](http://www.planet-rando.com)

