

STAGE D'HIVER

Les 28 ; 29 et 30 décembre 2025

Christine
Wahl

*Ecouter et suivre le paysage du corps en hiver.
Revenir à soi, accepter le ralentissement du
temps renforcent l'Energie qui porte le
Mouvement vers une apogée plus interne.
L'enjeu de ce stage est de maintenir l'élasticité de
nos articulations afin que le Mouvement reste
ample, souple et ouvert vers la Méditation et la
Contemplation.
L'intention est portée autour de l'épaule et la
hanche possédant toutes deux une capacité
d'expansion nourrissant le corps du centre vers la
périphérie.
Apprentissage d'enchaînements de Mouvements
simples engageant l'Energie Méditative.*

Christine Wahl

**Villeneuve d'Ascq
27 Rue du Carrousel
2^{ème} étage**

**Dimanche 28 décembre
9h30/12h
Lundi 29 et Mardi 30
décembre
19h/21h**

**Coût : 65€/pour l'ensemble du
stage.**

Inscriptions :

atelier.christinewahl@gmail.com

Ou au

0662437121