

L'art de vibrer avec son âme

Programmation Automne 2019



Centre de yoga et de spiritualité
Christina Sergi

Programme *spiritualité de l'être niveau 1 et 2*™

7 rencontres (durée 2h15) débutant semaine du 30 sept. ou 7 oct. (selon les cours)



450-471-0792

Les cours de spiritualité de l'être facilitent l'éveil et développement de la dimension spirituelle de votre être. Vous découvrirez combien votre spiritualité sert votre mieux-être, bonheur et pleine réalisation. Les cours comprennent aussi des séances de méditation de connexion au Soi profond. Ils apportent un sentiment d'unité intérieure et de connexion plus grande avec votre nature profonde.

Niveau 1 : Vous découvrirez en profondeur le sens et le but de l'intégration de la spiritualité dans votre vie au-delà de tout système dit « religieux » et vous pratiquez des exercices et méditation pour apprivoiser vos ressentis spirituels.

Niveau 2 : Vous découvrirez le langage de l'âme par le biais de la symbolique de certains récits spirituels de la vie du Christ avec des techniques d'éveil de vos facultés spirituelles (intuition, clairaudience, clairsentience, etc.)

Apporte un sentiment d'unité intérieure et de connexion plus grande avec la dimension spirituelle de votre être

- ✓ 7 cours (cours spiritualité combinés avec méditation)
- ✓ 4 méditations de la pleine lune (1 fois par mois)
- ✓ Matériel de cours
- ✓ 1 méditation reçue en téléchargement ou CD

Bonus 1 : Soirée spéciale solstice

Bonus 2 : Livre L'ouverture

Horaire Spiritualité

Niveau 1 : Jeudi soir 19h-21h15 débutant le 25 sept.

Niveau 2 : Lundi soir 19h-21h15 débutant le 7 octobre

Mardi matin 10h15-12h30 débutant le 8 octobre

Horaire Yoga

MARDI	9h-10h	Yoga flow des énergies
	18h30- 19h45	Yoga flow des énergies
VENDREDI	10h15-11h30	Yoga doux méditation énergies de l'être

Je m'informe, je m'inscris