

SELECT

For woman



ETÉ

2014

Juin ■ Juillet ■ Août

Arno
XXI

9 7782 - 15 - F : 5.50 €





Je vais bien grâce aux pierres

Alors que j'en entends déjà certaines s'exclamer « pffffff n'importe quoi ! », d'autres ne jurent que par le pouvoir du monde minéral. Pas de bagarre mesdemoiselles, mesdames ! Plutôt que de rester campées sur nos positions, je vous propose tout simplement - et même pour les plus sceptiques - de tenter l'expérience de la lithothérapie.

Pour une meilleure circulation, l'apatite

Origine :
Madagascar



Fonction : liée à l'eau, l'apatite permet de réguler la circulation des eaux du corps sur les plans physiologiques et énergétiques.
Je la prends : pour me sentir plus légère.
Je l'utilise : tranquillement à la maison, en la prenant en main lorsque je le souhaite.

Pour une vitalité retrouvée, le grenat
Origine : Inde



Fonction : le grenat renforce l'énergie vitale.
Je le prends : pour activer mon énergie vitale ainsi que mon potentiel de matérialisation.
Je l'utilise : en l'emmenant avec moi en journée et en la prenant en main lorsque je le souhaite.

Pour une détente totale, la fluorine
Origine :
Madagascar



Fonction : elle fluidifie les tensions des centres énergétiques de la tête et du 3^{ème} œil.
Je la prends : pour faire circuler et évacuer les énergies de tension situées au niveau de ma tête, tout en souplesse et en fluidité.
Je l'utilise : tranquillement à la maison, en la prenant en main lorsque je le souhaite.

Retrouvez ces pierres et beaucoup d'autres sur www.cristaux-sante.com

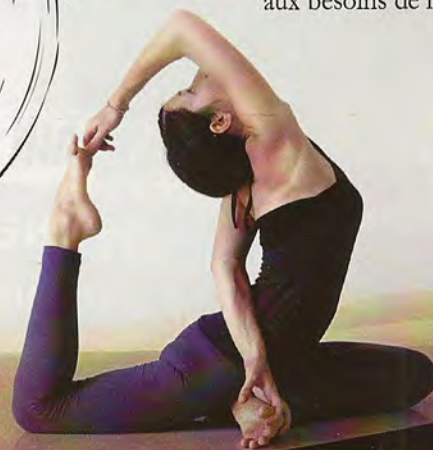
M a s s a g e t h a i l a n d a i s • Y o g a



La Yogasphere



Stéphanie travaille beaucoup au ressenti, aussi bien dans le yoga que dans le massage, pour adapter et offrir une formule personnalisée et appropriée à la demande et aux besoins de l'élève.



C'est en 2006 que Stéphanie commença sa pratique du yoga aux côtés d'**Ajahn Kim White**. En vivant aux côtés de son maître elle a été initiée aux secrets de cet art ancestral avant d'enseigner et assister kim à la direction du **Samadhi Centre en Australie** pendant 2 ans. En 2009 Stéphanie approfondit sa pratique en enseignant au **Népal** et en **Inde** à Goa, avant de s'installer en **Thaïlande** pendant 3 ans.

Stéphanie Joyce • www.layogasphere.com • 07 81 30 22 34

PROMOTION CARTE SELECT Offres Découverte
20 minutes de massage thaïlandais et un cours particulier de yoga offert

