



Une proposition de l'Association TOURN'SOL

SAMEDI 13 août à 9h45

Éveillons notre lien avec la nature !

Promenade en conscience **« au fil de l'eau »**

Rendez-vous à 9h45 à **Thoiry** sur le parking « *Selfbox* » Z.A. La Praille à Val Thoiry

Durée : **2 h 15** environ - pour adultes

Animation : Claudie Jung

Participation : libre et consciente

Renseignement et inscription **tél. 06 81 51 91 06** ou tourn-sol@orange.fr

« Pénétrons dans cette nature comme au cœur de soi »

Cette sortie est une invitation à goûter à la paix, à la douceur

Je vous invite à une marche méditative au fil de l'eau parsemée de pauses, de partages, d'exercices corporels simples et créatifs pour renforcer joyeusement et avec conscience notre lien avec la terre et le ciel... et avec l'élément eau !

Une pratique qui affine nos perceptions et contribue à ouvrir la porte de notre cœur.

Conseil : venez chaussés, couverts et... pensez à prendre une petite bouteille d'eau !

<http://tourn-sol.jimdo.com/>

