

Du 25 au 29 mai et du 6 au 10 juillet 2024

STAGE – FORMATION

RELAXATION PROFONDE ET REBIRTH EN EAU CHAUDE

au centre de bien-être LE MIEL ET L'EAU à Prayssas en Lot-et-Garonne

par **Nathalie & Frédéric GÉMARD**

Consultants en développement personnel et en bien-être

Créateurs et transmetteurs du CHANT ALCHIMIQUE®

Ce STAGE - FORMATION s'adresse aux personnes qui souhaitent s'approprier la RELAXATION PROFONDE ET LE REBIRTH en eau chaude et/ou à celles qui veulent se rencontrer profondément. Il est conseillé d'avoir déjà pratiqué le rebirth « à sec » car le rebirth en eau chaude dynamise sensiblement le travail de libération.

LE REBIRTH

Cette approche particulièrement puissante - créée par l'américain Léonard Orr dans les années 1970 - permet de lever des blocages émotionnels, de se libérer de mémoires non conformes, de se rencontrer profondément et de révéler son être intérieur.

Le **REBIRTH** est une technique de respiration amplifiée, circulaire, consciente et dirigée, qui permet de s'abandonner complètement à soi-même pour libérer les charges émotionnelles - récentes ou lointaines - refoulées, enfouies, inscrites dans la mémoire de nos cellules bien au-delà la conscience mentale.

Le **REBIRTH** dissout les blocages et les tensions. Il permet la résolution de schémas mentaux inhibiteurs et/ou récurrents sans intervention de l'intellect ni de l'imaginaire.

Le **REBIRTH** une expérience avec laquelle nous ne pouvons pas tricher car elle se situe bien au-delà l'égo, bien au-delà les aspects structurels. Nous nous dépouillons de tout ce qui n'est pas nous-m'ame.

Le **REBIRTH** accompagne remarquablement la capacité d'expansivité de la conscience.

Une séance de **REBIRTH** se vit seul(e) ou en groupe et dure généralement de 1h30 à 2h.

LE REBIRTH EN EAU CHAUDE

Le **REBIRTH EN EAU CHAUDE** se pratique dans une piscine de 35 à 37 degrés.

Plusieurs approches existent et s'orchestrent en fonction de l'objectif recherché.

Le **REBIRTH EN EAU CHAUDE** présente différents intérêts :

- L'immersion dans l'eau (totale ou partielle) favorise l'expansivité de la conscience et facilite la respiration ample et circulaire
- L'immersion dans l'eau (totale ou partielle) permet la levée de mémoires spécifiques et de traumatismes liées à la vie intra-utérine et à la naissance
- L'eau chaude facilite la relaxation profonde, la détente musculaire, la libération émotionnelle et la rencontre avec Soi-m'ame
- Le rebirth en eau chaude permet d'aller au contact de qui nous sommes vraiment

Pour les personnes qui appréhendent l'eau, un accompagnement adapté est proposé.

Le **STAGE - FORMATION RELAXATION PROFONDE ET REBIRTH EN EAU CHAUDE** comporte 2 modules de 5 jours.

- Apprendre l'enseignement de « la dynamique de l'œuf conforme » ou comment reconnaître et accéder à sa singularité
- Apprendre l'enseignement des 5 corps qui explique notre réalité tangible et notre réalité subtile
- Apprivoiser l'élément eau
- S'approprier le lâcher-prise et l'abandon à soi-même en toute confiance et en toute sécurité
- Aller au-delà du connu, de ses limites, de ses croyances, de ses peurs, de ses blocages, s'ouvrir au TOUT POSSIBLE
- Se rencontrer dans l'Amour et vivre sa liberté d'Être par l'expression juste de sa vérité intérieure
- Partager la relation avec l'Autre dans la paix, l'harmonie, l'écoute et l'empathie
- **S'ouvrir à son souffle = s'ouvrir à soi-même = se rencontrer, se libérer, se guérir = intégrer son Êtreté**
- **Expérimenter la puissance du jaillissement de son souffle en eau chaude**
- **Expérimenter la puissance du rebirth en eau chaude en tant qu'accompagnant(e) et en tant qu'accompagné(e)**
- **Expérimenter de multiples façons la relaxation profonde et le rebirth en eau chaude pour soi-même et pour les autres**

Sont les objectifs de ce STAGE - FORMATION.

Nous transmettrons plusieurs approches de relaxation profonde et de rebirth en eau chaude.

MODALITÉS

Tarifs :

1500 € les deux sessions (repas et hébergement non compris)

1100 € à Nathalie et Frédéric Gémard et **400 €** au centre de bien-être LE MIEL ET L'EAU

Nous consulter pour les repas et pour l'hébergement

Horaires : de 14h30 à 20h tous les jours

BULLETIN INSCRIPTION

Les modalités du STAGE - FORMATION seront communiquées quelques jours avant l'animation

Nom :

Prénom :

Téléphone :

Adresse :

Mail :

Date de naissance :

**Je m'inscris pour LE STAGE - FORMATION RELAXTION PROFONDE ET REBIRTH EN EAU CHAUDE,
du 25 au 29 mai et du 6 au 10 juillet 2024**

Signature :

A retourner avec 1 chèque d'arrhes (non encaissé) de 550 €
En cas de désistement (sauf cas de force majeure) ce chèque est acquis

Nathalie et Frédéric GÉMARD - INFINY BLUE

9 route du Moulin - 24550 SAINT-CERNIN-DE-L'HERM

Tél. : 06 43 72 41 93 et 06 26 33 44 05

Mail : infinyblue@orange.fr Site : www.infinyblue.com

Nathalie et Frédéric GÉMARD – Sirets 521 804 740 00053 et 478 706 377 00072