



Monte énergétique

A l'aide de la respiration (sophrologie) et de quelques exercices, je vous aide à vous détendre sur un cheval longé et munie d'une sangle de voltige.

Le cheval m'aidera à ressentir vos blocages et tensions que nous allons détendre.

Je vous amène dans une détente guidé qui vous permettra de trotter et de galoper librement sans vous tenir dès le premier cours.

Une méditation au bord d'une plage, dans l'eau, vous fera ressentir le cheval autrement et vous permettra de voler sur votre pégase.

Accessible à tout âge. Sans connaissances équestre. Sensations d'énergie et d'harmonie.

Aide en cas de peur. Retrouver une assiette naturelle.
Peut être fait en thérapie.

Cours d'une heure en privé.

Prix : 60.-