

Daniel ZANIN Sophrologue & Accompagnateur en Montagne www.marche-consciente.com
Jean-Marc VIGNOLI Violoniste « Sur Mesure » www.eveil-des-sons.com vous proposent :

Marches de Vision :

Connecter sa sagesse intérieure



**Les lundis 04 avril, 30 mai, 27 juin,
12 septembre & 03 octobre 2016**
Au départ du col du Banchet* (73)

*autres lieux possibles en Savoie pour les sorties de mai, juin, septembre et octobre

→ **Qu'est-ce que la marche de vision :**

Inspirée de la Quête de vision propre aux amérindiens, la Marche de vision développée par Brandt Morgan est un outil simple et puissant. Il permet de trouver la réponse à ses questions, à ses problèmes, parfois en moins d'une demi-heure. La Marche de vision nous apprend à établir le contact avec notre moi profond, source de notre sagesse personnelle, et à fonctionner de plus en plus souvent à partir de la conscience supérieure qui le caractérise, plutôt qu'avec celle limitée du petit moi.

→ **Informations pratiques :**

Horaire : De 10H à 16H environ ; environ 2H30 de marche effective

Tarif : 60€

Venir avec une intention

Outils utilisés en cours de journée :

- La marche consciente, le souffle conscient, la pleine conscience,
- La visualisation,
- La nature et quelques rituels associés,
- Le pouvoir des sons, utilisés dans leur dimension vibratoire : aide au recentrage et à l'ancrage, aide au lâcher prise et à la transformation.

→ **Autres informations et réservations :**

Au 06 62 37 95 88 (Daniel) ou 06 27 77 28 46 (Jean-Marc)