

EVENT

Le voyage des 5 Éléments



Programme détaillé

(espace cooning de relaxation mis à disposition si vous souhaitez faire une pause).

TERRE – S’ancrer et s’ouvrir

9h00 – Accueil

Le cercle s’ouvre, les cœurs se relient

9h30–11h30 – Cérémonie Cacao avec Zaïna (sans obligation de prendre le cacao).

Un rituel d’ouverture doux et puissant pour goûter la présence, éveiller la gratitude et sentir la Terre sous nos pas.

12h00–13h30 – Repas

Un temps nourrissant et convivial pour savourer la matière et les rencontres.

EAU – Se laisser traverser

13h30–14h30 – Voyage sonore avec Michaël Rouzeau & Gaël Robert

Un bain de fréquences et de vibrations pour plonger dans le lâcher-prise, la fluidité et la régénération. Les sons glissent et nous emportent, là où tout circule librement.

AIR – Respirer, s’alléger, mouvement

15h00–16h00 – Atelier danse médecine L’AIR avec Béatrice “Danse ta liberté”

Le souffle se fait mouvement. Légèreté, expansion, liberté. Un temps pour sentir la vie circuler en nous et autour de nous.

FEU – Vibrer et s’affirmer

16h30–17h30 – Méditation active d’Osho : Le Feu avec Alexandra Dreano

Réveiller la puissance vitale, allumer le feu intérieur, oser rayonner !

Le corps devient flamme, la conscience devient danse.

18h00–19h00 – Concert avec Gaël Robert , Hand pan – voix & more

ETHER – Fusionner et célébrer

19h00–19h30 – Surprise

...Une traversée en mouvement de tout ce qui a été vécu, intégration et libération dans la joie du corps.

19h30–22h00 – Ecstatic Dance avec DJ WAJD

L’espace s’ouvre, le collectif s’unit dans la célébration. Un moment d’extase libre, vibrant, cosmique — le point d’orgue du voyage.



INSCRIPTION
etre.website

LA BULLE
OFOBOUR, Martigny
Rue des Finettes 72a
1920 Martigny
Valais (Suisse)

