

Poumi Lescaut

**enseigne à Paris, dans le Perche
et en ligne à la demande**

L'atelier de l'âme dansante

saison 2022/ 2023



Être le co-créateur de votre vie

- . Kundalini yoga dynamique
- . Danse contemporaine
- . Cours de chant : trouver votre vraie voix
- . Stages d'art thérapie et formations dans la nature
- . Thérapie psycho-énergétique en individuel

Une approche globale qui élève l'immunité naturelle, car il n'y a pas de maladies, que des terrains pour l'accueillir !

www.poumi.com poumi.l@poumi.com

tel 06 26 98 56 42 plus d'infos et télécharger les
plaquettes: **www.poumi.com**

Danse contemporaine : Les mardis de 11h à 12h30 au centre Dansomania 59 rue Sarrette Paris 75014 M° Porte d'Orléans
Se déployer dans notre liberté enracinée dans la Terre et le Ciel !

Chant : atelier collectif les mercredis de 11h à 12h30

préparation avec 30' de yoga, puis travail sur la voix, la déployer, libère l'être entier...
à Paris 13ème M° Bibliothèque Fr, Mitterrand
Dénouer les nœuds conscients et inconscients...pour s'envoler !

Yoga : les jeudis de 10h à 11h30, renseignez vous pour d'autres cours... Une technique formidable qui améliore votre vie sur tous les plans !

Tout savoir sur les techniques : www.poumi.com

Voice-therapy : en individuel et en stages. Une véritable technique de guérison du corps et de l'esprit, le chant est vibration qui dissout nœuds émotionnels et blocages qui en découlent. Libérer les émotions, rétablir nos racines terre-ciel dans le corps par la voix chantée.

Cours ouverts à tous ceux désireux d'avancer sur leur chemin de vie, c'est aussi un complément de formation pour les enseignants et thérapeutes.

Stages d'art-thérapie : formation de formateurs et aussi ouvert à tous : prochain stage du vendredi 14 soir au 16 octobre 2022 au Plessis-Dorin. Thème : « Etre l'acteur de sa propre vie ! »
Avec yoga, danse et art-thérapie.

La thérapie psycho énergétique: en individuel : travail analytique suivi d'un soin énergétique de ré-harmonisation des corps subtils, pour rétablir l'équilibre général. Séances données en présence et en visio,

L'ensemble de cette approche pédagogique met en pratique mon ouvrage «Dansez ! » récemment paru aux éditions Accarias l'Originel. Poumi a dédié toute sa vie à la création, à la pédagogie et à la thérapie. L'ensemble de son travail relie les 3 pôles : art – thérapie – spiritualité.

Règlement des cours : l'adhésion à l'Association le Char du Soleil de 35e annuel, Tarifs en cours collectifs yoga ou chant : à l'unité 27 euros le cours ;

1er trimestre 1 cours/semaine : 13 cours 325e (25e le cours)

et 2 cours/semaine (23e le cours) 600e tous les cours sont accessibles avec la carte, sauf séances individuelles.

Les sommes versées restent dues sauf si la cause est due à l'organisateur.