

ATELIER CHEVAL - MANDALA

Préambule

Le mandala fait référence à l'essence, au centre. Cette journée d'atelier est une invitation à se (re)centrer, à explorer son essence en créant son propre mandala inspiré par la nature environnante et les interactions avec les chevaux.

Public concerné

Toute personne qui ressent le besoin d'explorer une facette de sa vie dans une approche créative en bénéficiant de l'accompagnement des chevaux.

Objectifs

- Se (re)connecter à l'essentiel, à soi, à l'autre et à la nature
- Vivre le moment présent
- Se centrer en créant

Contenus

- Philosophie du mandala
- Exploration de l'intuition
- Création de son mandala
- Interactions avec le cheval
- Bains de forêt
- Plaisir, découvertes



Modalités

- Interactions avec le cheval, échanges, dessin, pleine conscience.
- Aucune connaissance équestre nécessaire.
- Vêtements confortables et chaussures fermées.

Lieu

Équicoaching.ch – 1683 Brenles

Date et horaires

14 avril 2023
09h00 – 17h00

Tarif

CHF 350.- la journée, pauses café incluses.

Informations et inscriptions

Nathalie Horvath Hasenauer

equicoaching.ch

nathalie@equicoaching.ch

078 622 91 63