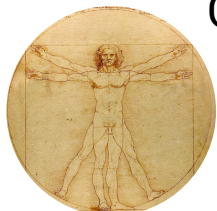




Offrez à votre organisation Bien-être et Performance



Corps

Oxygénation
Cardio-training
Immunité



Mindset

Bonne humeur
Lâcher Prise
Anti-stress

Yoga du Rire

*Une pratique simple et naturelle
1 heure de partage et d'action
au service de votre organisation et de vos équipes*

Relationnel et efficacité



Communication positive
Créativité
Echanges et empathie renforcés

La Séance

adaptable à la thématique de votre séminaire :
Intégration, cohésion, motivation, bien-être au travail

1 heure de pratique et la possibilité de sensibiliser vos équipes sur le thème choisi

Les conditions matérielles

Une salle adaptée
au nombre de participants
Chaises - Si existant : Tapis de sol

Tenue confortable
pour les participants
et c'est tout !

Contact : Anne Mika - 06.79.35.15.97 - annemika@aksentiel.fr - www.aksentiel.fr

Animatrice Certifiée - Institut Français du Yoga du Rire
<https://www.yoga-du-rire-observatoire.info/animateur/1767/anne-mika>

