

MASSAGES AYURVÉDIQUE ET SONORE
GUIDANCE NUMÉROLOGIQUE
FLEURS DE BACH
SOIN ÉNERGETIQUE



QUI SUIS-JE ?

Curieuse du fonctionnement du monde, petite déjà, je me posais des questions sur les vérités, croyances, obligations imposées par la société, l'école...

Ressentant une connexion à quelque chose de plus grand. Cette grande sensibilité, qui me faisait alors me sentir extraterrestre, est aujourd'hui une force qui me permet de comprendre, ressentir et vivre de façon plus intense les choses, les événements, les relations, les émotions. C'est elle que je mets d'ailleurs à votre service lors des accompagnements.

DES CHEMINS DE VIE ET... DE TRAVERSE

Après 20 ans passés dans le monde de la banque, qui m'a appris la rigueur, la persévérance et l'organisation, ma nature curieuse m'a demandé de faire des pas vers ce bien-être qui me permet de vibrer et de me sentir à ma place ! J'ai ainsi appris à lâcher prise, écouter mon corps, ralentir mon mental, faire de la place à ma petite voix intérieure, pour laisser le flot de la vie me mener là où ça sonne le plus juste pour moi.

LA VOIE DE L'AYURVEDA

Sur mon chemin d'évolution, j'ai découvert l'Ayurvéda et son incroyable sagesse. Je me suis alors beaucoup appuyée sur cette approche globale de l'Être pour comprendre et intégrer des changements nécessaires dans ma vie, dépassant ainsi certaines peurs et conditionnements.

POURQUOI L'ATELIER MUDITA BIEN-ÊTRE ?

L'atelier est un lieu où des artisans travaillent en commun et Mudita, en sanskrit, signifie cette joie bienveillante qui se réjouit du bonheur des autres.

Et je souhaite effectivement que nous avançons ensemble vers votre bien-être pour que vous trouviez cette joie profonde, cette lumière qui ne dépend pas des autres, de l'extérieur mais qui vient bien de vous, de l'intérieur et qui fera briller toujours plus intensément votre chemin.

*La vie sait parfois vous remettre
à l'endroit exact où vous devez être
pour incarner qui vous êtes vraiment !*



SOPHIE SCHNEIDER

06 20 59 46 03

contact@lateliermudita.fr

www.lateliermudita.fr

 @lateliermudita

 lateliermudita



MASSAGE AYURVÉDIQUE
MASSAGE SONORE
GUIDANCE NUMÉROLOGIQUE
FLEURS DE BACH
SOIN ÉNERGETIQUE

*Le bien-être et la sérénité
comme vous en avez toujours rêvé*

LA GUIDANCE

Au même titre que l'Ayurvéda qui cherche à comprendre le fonctionnement de l'être humain, la numérologie met en lumière les talents, les missions, les freins, les potentiels d'une personne pour l'aider à révéler sa vraie nature. Véritable outil d'accompagnement personnel, l'étude de numérologie permet un cheminement vers une meilleure connaissance de soi.

2 formules

ÉTUDE DE NUMEROLOGIE

Envoi de votre étude de numérologie écrite de 10 pages environ par mail dans un délai de 10 jours après commande. C'est un précieux support que vous pourrez consulter lors de périodes de doutes pour vous aider dans vos réflexions.

.....Tarif 90 €.....

GUIDANCE NUMEROLOGIQUE

Pour vous accompagner, je vous propose une séance d'une heure environ par téléphone ou en visio au cours de laquelle je vous apporterai des éclairages et des conseils sur la base de votre étude afin que vous ayez les outils pour cheminer. Vous recevrez au préalable l'étude par mail.

.....Tarif 150 €.....

Tout le chemin de la vie, c'est de passer de l'ignorance à la connaissance, de l'obscurité à la lumière, de l'inaccompli à l'accompli, de l'inconscience à la conscience, de la peur à l'Amour.

F. Lenoir

LES MASSAGES

ABHYANGA 1h - 70 €

Ce massage du corps complet à l'huile de sésame chaude convient à tout le monde. Difficile d'énumérer les nombreux bienfaits de ce massage qui agit au niveau du corps, apporte souplesse à la peau, détend les muscles et articulations, stimule le système immunitaire, calme le système nerveux... C'est le massage de référence de l'Ayurvéda.

LA GRANDE CROIX 1h - 70 €

Ce massage à l'huile de sésame chaude se pratique sur la partie postérieure du corps (parfois sur la face avant du corps). Il harmonise le corps en agissant sur l'équilibre de l'énergie solaire et lunaire, permet de ressentir l'unité et amène à un état de plénitude.

MASSAGE MUDITA 1h - 80 €

Ce soin signature est imaginé pour vous. Il est le soin qui s'adapte à vous. Je vous proposerai un massage sur mesure en fonction de vos besoins du moment.

KANSU MASSAGE DES PIEDS 30 min - 40 €

Ce massage des pieds est réalisé avec du ghee (beurre clarifié), qui a pour fonction principale d'équilibrer le feu. Le Kansu, petit bol utilisé pour réaliser ce soin, est composé d'un alliage de 5 éléments dont le principal est le cuivre. Ce massage aux nombreuses vertus apporte une détente profonde du corps, calme les angoisses et les colères (excès de feu), régularise le sommeil, apporte calme, harmonie et bien-être. Enfin, en massant certaines zones réflexes du pied, on permet une meilleure circulation de l'énergie au niveau des organes.

ET LES SOINS

PAGATCHAMPI - JAMBES..... 40 min - 55 €

Le point fort de ce massage est que l'on touche plusieurs méridiens qui stimulent différents organes. En massant les jambes, on redonne de la vitalité au corps. Ce massage calme le mental, procure une détente profonde et est excellent pour les personnes qui souffrent de fatigue chronique.

MASSAGE - DOS 30 min - 40 €

Il est sans doute le plus connu des massages. Pour l'Ayurvéda, la santé et la souplesse de la colonne vertébrale sont essentielles. Les mauvaises positions, les contrariétés, la faiblesse de la musculature du dos provoquent des douleurs et des tensions. Par certains mouvements, on libérera ces tensions le long de la colonne, des épaules ou encore des fessiers. D'autres mouvements permettront de stimuler les chakras. Ce massage, réalisé à l'huile de sésame chaude, apporte un bien-être physique et un apaisement des émotions difficiles à digérer.

La pratique régulière des massages améliore la mobilité du corps, stimule l'immunité et apporte douceur et paix de l'esprit.

MASSAGE SONORE BOLS CHANTANTS . 1h - 60 €

Ce soin permet de libérer les émotions stagnantes pour passer sur une vibration plus légère, calme le mental, déstresse, permet de se relaxer. Il réharmonise les énergies.

SOIN ENERGETIQUE 1h - 60 €

ENTRETIEN FLEURS DE BACH 1h - 70 €
GUIDANCE NUMEROLOGIQUE AMOUREUSE
VOTRE ANNEE EN NUMEROLOGIE
ACCOMPAGNEMENT DIVINE ENERGIE ©

