NATURE & BIEN-ÊTRE

Reconnectez-vous à l'essentiel !











MONTPELLIER
& ENVIRONS...

Marc REINHARDT

Psychomotricien DE et guide de pleine nature

06 88 67 19 43

www.psychomotricien-montpellier.fr

Des séances originales, élaborées à partir d'activités de pleine nature, pour augmenter son bien-être et se reconnecter avec soi-même.

En formule demi-journée ou journée, dans une ambiance conviviale, ludique et en pleine nature, je vous accompagne dans des expériences de vie qui permettent :

- de vous reconnecter avec votre corps et d'améliorer vos habiletés motrices
- de mieux gérer le stress, les émotions et les phobies
- de prévenir ou récupérer d'un épuisement professionnel (burn-out)
- de vivre une expérience gratifiante qui développe la confiance en soi
- de vous connecter à la nature, source d'équilibre...

Un moment exceptionnel, aux multiples effets thérapeutiques, qui relie le corps, l'esprit et la nature.

POUR QUI?

Adultes tous niveaux (mini groupe / individuel).

EN PRATIQUE

Accompagnement assuré par un **professionnel de la santé et de la pleine nature diplômé d'état.**
Séances adaptées au niveau du groupe et à la météo du jour.
Sont inclus : location du matériel, assurance, collation et photos de la séance.

Renseignements

Marc REINHARDT
Psychomotricien DE et guide de pleine nature
06 88 67 19 43
www.psychomotricien-montpellier.fr