

# Comment se libérer de ce qui pèse ?

## Des séances en individuel :

- x Se libérer des charges énergétiques
- x Guérir de son histoire
- x Se défaire des schémas répétitifs, tant physiques que mentaux ou émotionnels
- x Réorganiser ses tissus, ses schémas physiques et sa relation au corps
- x Mieux se connaître physiquement et émotionnellement.
- x Apprendre à s'accueillir
- x Devenir souple dans sa vie