

**Une journée Tantra pour plonger dans la joie et la plénitude ! Dimanche 3 septembre de 9h à 18h à proximité de Bordeaux en pleine nature avec piscine !**

**Hélène Friart-Lamourette** (Analyste-Psycho-organique, Sexothérapeute-Sophrologue Superviseure). J'ai la joie d'animer des stages de Tantra depuis 9 ans très régulièrement sur Bordeaux et sa région avec cette écoute et cette déontologie inhérente à mon métier.

Je suis supervisée après chacun de mes stages et je suis également assistante ce qui m'apporte un regard d'observatrice sur le groupe et la façon d'animer de mes collègues. Je vous proposerai des structures de méditations, de la bioénergie, des jeux relationnels, de la danse et des rituels de massages tantriques.

Le tantra est une passion, j'approfondis ma quête à travers des enseignements du Sky Dancing Tantra, école de Margot Anand.

Le tantra est un chemin de vérité, un moyen d'acquérir plus de liberté intérieure, une meilleure estime de soi et une meilleure qualité de présence et d'écoute dans la relation aux autres.

Je vous accueillerai dans un cadre méditatif, bienveillant, joyeux dans lequel chacun(e) pourra explorer le tantra à l'écoute du consentement.

Cette journée est ouverte à ceux et celles qui souhaitent découvrir les fondements du tantra. Ces stages ne sont pas accessibles aux personnes recherchant du libertinage ou de la séduction.

Un entretien préalable par téléphone sera obligatoire afin de s'assurer des motivations claires et saines de chaque participant(es).

### **Renseignements et inscriptions :**

Vous pouvez participer à ce stage en venant seul(e) ou en couple.

**Lieu :** L'adresse vous sera transmise à l'inscription. (Co-voiturage possible).

**Tarif du stage 110 €** incluant le stage, le repas bio végétarien fait maison, les collations, et l'accès à la piscine et au domaine. Le repas sera servi au pied d'un chêne selon la météo.

(Envoyer un chèque de 55 euros pour confirmer votre inscription à Hélène Friart-Lamourette 83 bis rue de Chartreze 33170 Gradignan). Ce chèque ne sera encaissé qu'au moment du stage. En cas d'annulation 15 jours avant le stage les arrhes seront conservés.

*Pour votre confort : Prévoir une tenue souple, un coussin.*

**Tel : 06 86 74 16 54      [www.tantra-bordeaux.fr](http://www.tantra-bordeaux.fr)**

**[contact@tantra-bordeaux.fr](mailto:contact@tantra-bordeaux.fr)**