

Savourer le calme : équilibres et postures inversées!

SERENITE



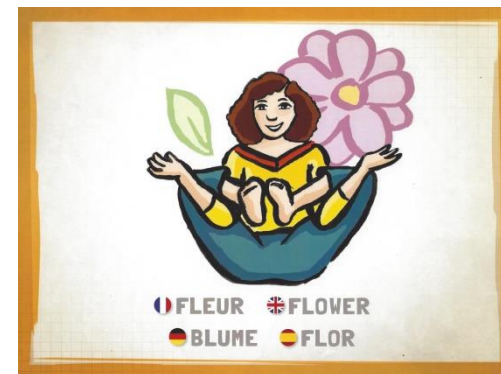
L'arbre



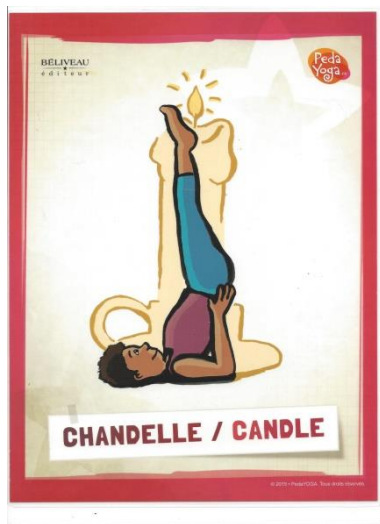
Le moustique



Le flamant rose



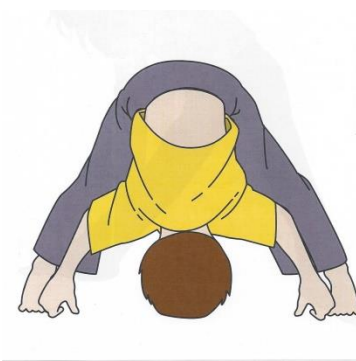
La fleur



La chandelle



La charrue



La chauve-souris

COLERE

Evacuer l'énergie explosive et revenir au calme !



La grenouille



L'éléphant



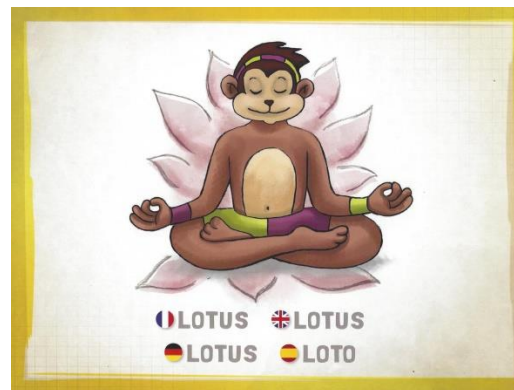
La pince



Le paon



Le papillon



Le lotus et étirements



La souris

PEUR

Retrouver la confiance avec ancrage et ouverture !



Le guerrier



La girafe



La montagne



La chute d'eau



Le chien tête en haut



Le chien tête en bas



Le chat



La coccinelle

JOIE

Vivre la joie en coopérant !



La montagne offre un ancrage pour...



Le moustique



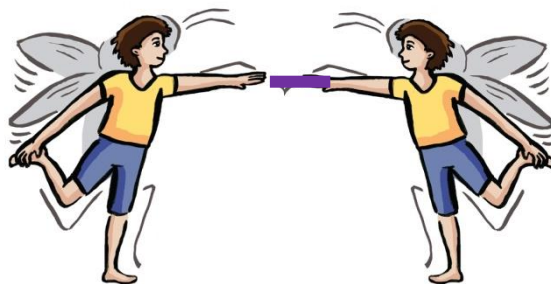
Le flamant rose



L'arbre



En symétrie : les arbres – les moustiques



En racontant une histoire : arbre et fleur...