

## *Morgane Hamon,*

*je suis heureuse d'animer 3 ateliers:*

***Bébé Yoga***, pour les bébés de 0 à 1 ans, accompagné de papa et/ou maman.

*Stimulez l'éveil et la motricité de votre bébé!*

*Le Bébé Yoga est un ensemble de techniques corporelles (mouvements, postures, massages) idéal pour le développement de la relation parent-enfant. Il permet de stimuler la bonne santé et la vitalité de votre enfant tout en développant sa réceptivité, ses capacités d'adaptation et d'interaction avec l'autre.*

*Les bienfaits de ce moment de partage sont nombreux: sérénité, bien-être, joie d'être ensemble, dynamisme, apaisement, complicité...*

*Vous serez tous deux épanouis et n'aurez qu'une envie: continuer!*

***Yoga Enfant Emotion***, comprenant des jeux, des postures, des enchaînements, des mimes, des exercices de souffle et de relaxation, permettant d'assouplir et tonifier son corps physique, de libérer ses trop plein émotionnels et d'apprendre à s'auto-apaiser. Dans un climat respectueux, joyeux et festif!

***Mandala Nature pour Tous***: cocréons le monde de demain en reliant nos énergies créatives. Réalisation d'un mandala avec les éléments qui nous relient les uns aux autres et avec la vibration d'un chant de mantra.

*Vous trouverez les jours et horaires sur le site dès qu'elles seront choisies par le comité d'organisation.*

J'anime également des *Cercles Yoga Femmes*, sur Carnac.

*Venez à la rencontre de votre féminité,  
à travers les Déeses de la mythologie indienne.*

*Passionnée par le yoga et le féminin sacré, j'invite les femmes à prendre conscience de leurs potentiels infinis, à reconnaître et apprivoiser leurs différentes facettes, à transformer et purifier leur être en chemin, à éveiller leur SHAKTI, leur Énergie Divine.*

*Cercle de paroles  
Méditation  
Mantra  
Danse  
Mandala  
Yoga nidra  
Rêve éveillé  
Atelier créatif*

*Les prochaines dates sont:*

*jeudi 14 juin de 19h30 à 21h30,*

*le lundi 12 juin de 9h30 à 16h,*

*le week-end du 23 et 24 juin.*

*Stage Yoga Enfant:*

*samedi 19 mai*

*3-5 ans de 10h à 11h30*

*6-12 ans de 14h à 16h30*

*Stage Yoga Bébé (0-1 ans):*

*samedi 2 juin de 10h à 12h*

*Si vous voulez recevoir mes dates de prochains stages de Yoga (Bébé Yoga, Enfant Yoga) ainsi que mes ateliers et*

*week-end Cercles Yoga Femmes, n'hésitez pas à m'envoyer vos coordonnées par email à l'adresse suivante  
morganehamon56@yahoo.fr*

*Vous pouvez me joindre également au 06 71 53 39 56.*

*Morgane Hamon  
Kinésithérapeute,  
Etiothérapeute  
Professeur de yoga  
20 Le Castellíc  
56340 Carnac*

*J'écris un livre sur le Bébé Yoga qui sortira chez Marabout fin aout.*