

**VENDREDI 30 JUILLET 2021**  
**DE 14H30 à 17H**

**"ATELIER STIMULER SOI-MEME SON IMMUNITE PAR LA DIGIPUNCTURE,  
L'AUTOMASSAGE, ET LA MEDITATION"**

Dans cet atelier pratique, ouvert à tous sans pré-requis, je vous propose des exercices simples à mettre en œuvre pour stimuler sa santé au quotidien.

- Approche simple des points d'acupuncture et des méridiens.
  
- Comment ressentir les trajets de l'énergie.
  
- Stimuler la circulation lymphatique.
  
- Auto massage du corps et de la tête.
  
- Faire circuler les émotions.
  
- Préparer la méditation par les mouvements oculaires.

Praticien en énergétique chinoise depuis 2014, je pratique en cabinet à Larajasse (69) et

propose régulièrement des stages, formations et conférences tout public.

Pour plus de renseignement vous pouvez me joindre au 06.70.00.41.58 - [amarfunel@gmail.com](mailto:amarfunel@gmail.com)  
ou visiter mon [site amarfunel.com](http://amarfunel.com)