



NATURE & BIEN-ÊTRE

Reconnectez vous à l'essentiel !



**MONTPELLIER
& ENVIRONS...**



Marc REINHARDT

Psychomotricien & guide de pleine nature

06 88 67 19 43

psychomot34@gmail.com

www.psychomotricien-montpellier.fr

Des séances originales, élaborées à partir d'activités de pleine nature, pour augmenter son bien-être et se reconnecter avec soi-même.

En formule demi-journée ou journée, dans une ambiance conviviale, ludique et en pleine nature, je vous accompagne dans des expériences de vie qui permettent :

- de vous reconnecter avec votre corps et d'améliorer vos habiletés motrices;
- de mieux gérer le stress, les émotions et les phobies;
- de prévenir ou récupérer d'un épuisement professionnel (burn-out);
- de vivre une expérience gratifiante qui développe la confiance en soi;
- de vous connecter à la nature, source d'équilibre...

Un moment exceptionnel, aux multiples effets thérapeutiques, qui relie le corps l'esprit et la nature.

POUR QUI?

Adultes tous niveaux (mini groupe / individuel).

EN PRATIQUE

Accompagnement assuré par un **professionnel de la santé et de la pleine nature diplômé d'état.**

Séances adaptées au niveau du groupe et à la météo du jour.
Sont inclus : location du matériel, assurance, collation et photos de la séance.

Renseignements

Marc REINHARDT

Psychomotricien & guide de pleine nature

06 88 67 19 43

psychomot34@gmail.com

www.psychomotricien-montpellier.fr