Seule ***la Nature***
possède en elle-même
les ***Forces de Vie***
capables d'entretenir
et de réparer les
organismes vivants.



Celui qui le comprend et sait
l'utiliser s'ouvre le chemin d'une
santé véritable*.*

Pour une meilleure
qualité de vie,
je vous propose de
nombreuses clés pour être
toujours mieux
dans votre corps,
dans votre tête,
dans votre cœur…



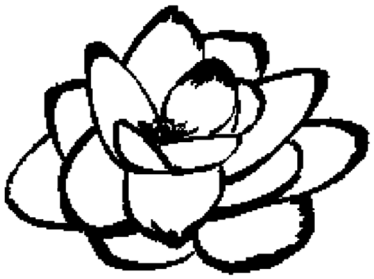
Parce que votre santé est
votre bien le plus précieux

Hatha Yoga
Yoga Nidra

ॐ

Naturopathie
Traditionnelle
Holistique

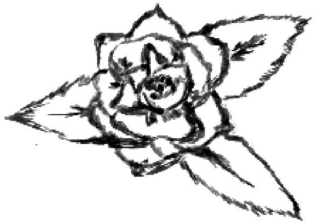
Catherine Bataillon
à Turenne
07 78 90 68 16
catherine.bataillon@gmail.com



Le praticien naturopathe est un éducateur de santé et d'hygiène de vie saine et naturelle



Il ne remplace en aucun cas le médecin et ne pratique aucun diagnostic



Bilan de votre terrain par la morphologie, la pulsologie, l'iridologie.

Conseils pratiques pour une alimentation adaptée et individualisée.

Comment retrouver un poids de forme et le garder.

Prévention active et authentique.

Réveil du « médecin intérieur » pour une autonomie de Santé véritable.

Accompagnement au jeûne en individuel et en stage.

Réflexologies, sympathicothérapie.

Massage Bien-Etre, rééquilibrage psycho-énergétique.

Biothérapies, compléments alimentaires.

Ecoute, Relation d'aide.

Accompagnement femmes enceintes et enfants.

Comprendre ce que le « mal-a-dit », ce que le corps exprime.

Cd de Yoga Nidra personnalisé.

Pranayama, respiration.

Hatha Yoga
Yoga Nidra

Au delà de l'étirement des muscles, c'est notre regard que le Yoga étire.

Au delà d'une douce remusculation du corps, c'est une conscience, un respect, une réconciliation avec notre véhicule.

Au delà d'une relaxation, de la gestion du stress, c'est une pacification des émotions, un travail profond sur le subconscient en déprogrammation et reprogrammation que le Yoga Nidra vous propose.

Voyage intérieur qui nous permet d'élargir notre conscience, développer nos potentialités latentes, nous éveiller au Bonheur qui nous attend.

Cours collectifs et cours particuliers

Catherine Bataillon
07 78 90 68 16