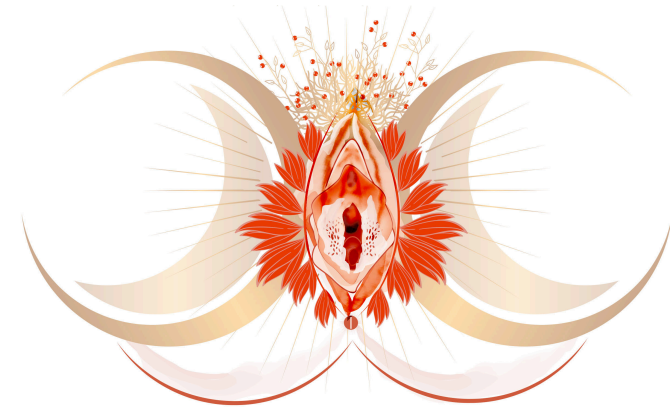


MODULE 1

Entrer dans le temple racine



	Honorer le corps	Rassembler l'âme	Eveiller le féminin sacré	Ressources
Lune 1	<ul style="list-style-type: none">• Mouvement fondamental• Scan corporel court• Scan corporel long	<ul style="list-style-type: none">• Hiérarchie du système nerveux• Observation du système nerveux	<ul style="list-style-type: none">• Introduction aux pratiques autour des seins• Respiration des seins• Soulager la poitrine	<ul style="list-style-type: none">• Bonus: massage intuitif• Playliste• les micros-pratiques par Daniel Odier
Lune 2	<ul style="list-style-type: none">• Psoas et introduction Tao Yin• Psoas les muscles de l'âme• Tao Yin	<ul style="list-style-type: none">• Neuroception et marqueurs• Observation des marqueurs de sécurité et d'insécurité	<ul style="list-style-type: none">• Introduction massage des seins• Massage des seins	<ul style="list-style-type: none">• Bonus: respiration et massage des seins• Playliste• poème de Jeff Foster
Lune 3	<ul style="list-style-type: none">• Anatomie du bassin• Qi-gong du chaudron• Activer les 3 fleurs	<ul style="list-style-type: none">• Consolider le nerf vague• Introduction cohérence cardiaque• Cohérence cardiaque sympathique• Cohérence cardiaque dorsale	<ul style="list-style-type: none">• A la rencontre de votre Yoni	<ul style="list-style-type: none">• Bonus: massage intuitif basé sur le mouvement fondamental• Créations de Jacqueline Secor