

L'ÉCOLE E-QI-LIBRE VOUS PROPOSE

# APPRENDRE À RÊVER

Stage d'initiation au rêve lucide

Pour accéder à la liberté intérieure

**DU 04 (soir) AU 06 OCTOBRE 2019**

**à LA SALAMANDRE**

**26 410 BOULC (Drôme)**

# PROGRAMME

## VENREDI

18H : Accueil & Installation dans les tentes

19H30 - 20H30 : Dîner

20H30 - 21H30 : Cercle de parole

21H30 - 23H30 : Méditation & préparation énergétique

**23H30 - 9H30 : Cycles Sommeil - Réveil - Prise de notes**

## SAMEDI

9H30 - 10H : Eveil corporel

10H-11H : Petit déjeuner

11H - 12H30 : Cercle de parole & présentation de la technique

12H30 - 13H30 : Préparation au rêve avec l'élément EAU

13H30 - 14H30 : Déjeuner

**14H30 - 16H30 : Cycle Sommeil - Réveil - Prise de notes**

16H30 - 17H30 : Danse de la TERRE

17H30 - 18H30 : Cercle de parole

19H-20H : Dîner

20H-21H : Préparation au rêve avec l'élément FEU

21H - 23H30 : Méditation & préparation énergétique

**23H30 - 9H30 : Cycles Sommeil - Réveil - Prise de notes**

## DIMANCHE

9H30 - 10H : Eveil corporel

10H-11H : Brunch

11H - 12H : Cercle de parole

12H : Départ

## STAGE ANIMÉ PAR WILO RED



Tarif: 180 € par personne (hébergement compris)

Inscription : ☎ 06 21 73 62 41

@ <http://ecole-populaire-equilibre.fr/les-stages>