



*Découvrez et pratiquez la Respirologie
méthode Vital'Respir™ à
Angers, Compiègne, Roanne et
Boulogne-Billancourt
avec Édouard STACKE*

ANGERS - « Découvrir la Respirologie méthode Vital'Respir™ »*

Dates : samedi 6 & dimanche 7 avril 2019 (de 9h30 à 18h00)

Lieu : 53 Rue Haute de Reculée - 49100 Angers - Tél. : 02.41.45.78.79

COMPIEGNE - « Introduction à la Respirologie »

- Conférence le jeudi 11 avril 2019 (19h-21h)
- Atelier découverte d'une journée le samedi 13 avril 2019 (9h30-18h00)

Lieu : Moulin de l'Ortille - 60200 Compiègne - Tél. : 03.44.20.50.77 -
www.lemoulindelortille.com

ROANNE - « Découvrir la Respirologie méthode Vital'Respir™ »*

Dates : samedi 11 & dimanche 12 mai 2019 (de 9h30 à 18h00)

Lieu : Maison du temps pour soi, La goutte Berthaud - 71740 Saint-Edmond –

Tél. : 03 85 26 25 93 - www.la-maison-du-temps-pour-soi.com

BOULOGNE-BILLANCOURT - « Découvrir la Respirologie méthode Vital'Respir™ »*

Dates : samedi 15 & dimanche 16 juin 2019 (de 9h30 à 18h00)

Lieu : sera confirmé à l'inscription

PROGRAMME

- Les bases anatomiques et physiologiques
- Exploration du schéma corporel appliqué à la Respirologie et des différentes modalités respiratoires
- Pratiques de la respiration consciente simple ou complète.
Concentration sur la respiration et techniques orientales (Pranayama du Yoga, méditation bouddhiste Zen, Tai-Chi-Chuan, Qi Gong)
- Modulations et variations du souffle (Ralentir- accélérer- accueillir les perturbations)

**Les modules de 2 jours constituent la première étape du Cycle de formation complet (9,5 jours) animé par Agnès et Edouard STACKE, en région parisienne.*

Dates des modules suivants en 2019 : Mod 2 : 23 (soir), 24 & 25 août - Mod 3 : 18 (soir), 19 & 20 octobre - Mod 4 : 6, 7 & 8 décembre



Edouard STACKE : Créateur de la méthode Vital'Respir, consultant-coach international, ancien professionnel de la santé (kinésithérapeute, ostéopathe, acupuncteur) et de l'accompagnement (psychothérapeute). Il a entraîné des milliers de managers et de professionnels de la santé, d'artistes et de sportifs.

Auteur de plusieurs ouvrages, dont « Les vertus de la respiration » et la « Liberté de s'accomplir », conférencier, ancien chargé de cours à l'université de Montréal et du Master IRH de Paris V. Co-directeur du Cycle de Formation Certifiante à la Respirologie méthode Vital'Respir. Président de l'A.P.R.E.S (Association pour la Promotion de la Respirologie et l'Education à la Santé).

Informations & inscriptions :

Edouard STACKE - edouard.stacke@100ways.net - 06.80.42.11.49

www.respirologie-france.com

