



**ATELIER SUR LES CHAKRAS**  
**Voyage vers l'équilibre, la guérison et la liberté**  
**Samedi 11 Novembre 2023 de 14h30 à 17h30**

**Olivia Shanti offrant plus de 30 ans d'expérience dans le yoga et le bien-être**

Vous êtes-vous déjà demandé pourquoi certaines zones de votre corps sont plus sujettes aux blessures ou aux maladies alors que d'autres ne le sont pas? Ou pourquoi êtes-vous confronté encore et encore aux mêmes leçons de vie? Les réponses pourraient résider dans les chakras ou dans les vortex d'énergie qui vivent dans notre corps subtil. Les chakras sont le siège de chaque élément qui existe en nous: la terre, l'eau, le feu, l'air et l'espace. Les chakras se situent dans le canal central de la colonne vertébrale et nous gouvernent physiquement, émotionnellement et énergétiquement. Chaque chakra possède son propre ensemble spécifique de qualités qui, lorsqu'il est équilibré, peut améliorer différents aspects de notre vie. Cependant, lorsqu'il est déséquilibré, le chakra peut entraîner un désaccord dans d'autres aspects de notre vie. Lorsque nous comprenons comment chaque chakra nous affecte, nous pouvons nous donner les moyens de vivre une vie basée sur l'alignement et la liberté plutôt que sur la peur et les limitations. Dans cet atelier, Olivia Shanti propose une exploration éclairante des chakras et plus particulièrement le chakra racine.

L'atelier débutera par une conférence approfondie sur les chakras suivie d'une pratique de yoga expérientielle comprenant des techniques de yoga ancien, de respiration, de visualisation, de son et de méditation pour apporter une résonance à ce chakra racine particulier. Ce voyage sera transformateur et éclairant, guérissant et responsabilisant. Obtenez une compréhension plus profonde de vous-même, tant dans votre pratique du yoga que dans votre vie quotidienne.

Olivia Shanti proposera ensuite la suite des 6 autres chakras en ligne à raison d'un chakra par mois à partir du mois de janvier 2024: inscription [olivia@oliviashanti.com](mailto:olivia@oliviashanti.com)

Date: 11 Novembre 2023 de 14h30 à 17h30 au Studio Yoga Tahiti, CC du Lotus

Durée de l'atelier: 3h / Prix: 5500 XPF

Cliquez ici pour vous inscrire: [www.yogatahitibooking.com](http://www.yogatahitibooking.com)

Email: [olivia@oliviashanti.com](mailto:olivia@oliviashanti.com)

20% du montant sera versé à l'ONG "Aina Momona" à Maui

Professeur de Yoga & Méditation et Coach de vie avec une maîtrise du corps & de l'esprit, Olivia Shanti a un état d'esprit hors du commun en raison de ses défis passés tel le pardon accordé au criminel de son père qu'elle a rencontré en prison en 2006 sans gardes ni menottes.

- . Tous les liens, évènements et programmes: [https://linktr.ee/oliviashanti\\_](https://linktr.ee/oliviashanti_)
- . Site internet: [www.oliviashanti.com](http://www.oliviashanti.com)
- . Instagram: [oliviashanti](https://www.instagram.com/oliviashanti)
- . Facebook: [FB](https://www.facebook.com/oliviashanti)
- . Biographie/Diplômes: [Bio](#)
- . Voici une vidéo sur ses enseignements: [Témoignages](#)
- . Son cercle privé: [Cliquer ici pour devenir membre](#)
- . Rejoignez le groupe fb pour l'atelier: [Groupe fb](#)