

AUDIOS. Séances de sophrologie à la carte

Tous ces modules composent les CD d'une heure. Vous pouvez les commander ici de manière séparée, ce qui permet de faire des séances rapides quand vous en ressentez le besoin, en les téléchargeant par exemple dans votre téléphone portable.

Le prix du fichier correspond au temps de la séance X 0,60€ la minute.

Vous pouvez également acheter l'ensemble de ces 12 fichiers pour 30€ ICI.

Vous recevrez les fichiers son par mail au maximum 24h après votre commande (heure de bureau).

Séances permettant d'évacuer un stress, des pensées obsessionnelles...

→ Le déplacement du négatif - 6 min 48 s - 3,90€

3,90 €

Cliquez ici pour acheter.

Séances axées sur la conscience corporelle et la détente

→ Le cou - Étirement des 4 côtés - 17 min 17 s - 10,30€

10,30 €

Cliquez ici pour acheter.

→ Automassage 01 - 16 min 21 s - 9,70€

9,70 €

Cliquez ici pour acheter.

→ Automassage 02 (approfondi) - 26 min 22 s - 15,70€

15,70 €

Cliquez ici pour acheter.

→ Tapotement alterné (synchronisation des hémisphères cérébraux) - 11 min 57 s - 7€

7,00 €

Cliquez ici pour acheter.

Séances associant visualisations et sensations

→ La cascade (régénération, énergie) - 24 min 14 s - 14,50€

14,50 €

Cliquez ici pour acheter.

→ Accueil d'une nouvelle ressource (Sophro Respiration Synchronique) - 13 min 08 s - 7,90€

7,90 €

Cliquez ici pour acheter.

→ Le médecin intérieur (stimuler les processus d'auto-guérison) - 14 min 15 s - 8,50€

8,50 €

Cliquez ici pour acheter.