



# EROTIC BREATH

Atelier tantrique inclusif ouvert à tou.x.te.s

## **Un atelier pour se connecter à l'expérience du plaisir dans le corps**

Une invitation à explorer sensoriellement son érotisme dans un cadre réflexif, ludique, respectueux et bienveillant.

## **Un espace pour jouer avec les différentes formes de souffle érotique**

La respiration comme source de plaisir et de désir. Expérimenter comment la présence du souffle modifie l'expérience au monde. Jouer avec ses différentes expressions et apprendre à naviguer dans des intensités de respirations variées.

## **Programme de l'atelier**

L'atelier commence par un partage, du mouvement ainsi que différentes propositions sensorielles pour entrer en contact avec soi-même, sa corporalité, ses sensations et créer du lien avec les personnes présentes. Il s'agit de se mettre en confiance afin de construire un cadre sécurisant pour pouvoir ensuite explorer librement.

Un temps est consacré à s'interroger sur son souffle érotique et sur ses diverses manifestations. Puis, à travers des exercices corporelles, il s'agit d'expérimenter différentes techniques de respiration et d'observer leur influence sur la manière d'être en contact avec son désir et son plaisir.

L'atelier ouvre sur des explorations ludiques, qui invitent à se découvrir et à partager des jeux ritualisés.

À l'écoute de vos élans, de vos instincts, vous pouvez participer ou juste regarder et vous sentir libres d'être qui vous êtes dans l'expérience.

## **Infos**

Cet atelier s'adresse à toutes personnes majeures, de toutes orientations sexuelles. Vous pouvez y venir seul.e ou accompagné.e.

## **Prix**

60 CHF. En cas de difficulté financière, me contacter pour trouver un arrangement.

**Conditions & inscription par email:** [info@vanessa.langer.ch](mailto:info@vanessa.langer.ch)

L'inscription est validée après réception du paiement.

En cas d'annulation, l'atelier n'est pas remboursé et ne peut pas être rattrapé.

Vous pouvez trouver une personne pour prendre votre place.