

Atelier du Rire Online

Retrouvez vos collègues et lâchez prise en évacuant votre stress !



- VOTRE DEVIS EXPRESS -

PARTICIPANTS

De 2 à 50 personnes

PRIX HT*

950€

*Tarifs HT, applicables en IDF, hors frais d'exploitation éventuelle, de transport des participants et de repas de l'équipe d'animation.

Principe

Pratiquée depuis plus de 10 ans dans les entreprises, la « rigologie » est une discipline complète, originale et sans équivalent. Les participants découvriront une méthode efficace pour **réveiller le positif** et **dynamiser la joie de vivre** où qu'ils soient.

Encadrés par un professionnel, **expérimentez de nouvelles sensations** au travers d'exercices de respiration, de libération émotionnelle, d'éclats de rire... et développez de nouvelles énergies comme l'empathie, l'écoute, la bienveillance...

Informations complémentaires

- Durée : 45 min
- Outil visio : Zoom