

Avec Armelle Six |  
Fondatrice et  
Formatrice MoL  
**Début 4-6/12/20**

# Formation Movement of Life



---

*Vous éveiller à votre  
Vraie Nature avec  
Movement of Life©*

---

## **Formation Exceptionnelle 2020-2021 – 1An d'accompagnement sur 6 week-ends et 6 sessions de groupe – Uniquement en ligne**

**Durant cette formation, nous explorerons les thèmes  
suivants de façon approfondie :**

**1er intensif :** Qui suis-je ? Reconnaître votre vraie nature.

**2e intensif :** Reconnaître votre autorité intérieure et prendre 100% de responsabilité.

**3e intensif :** Ecouter et suivre la Vie en vous. Être dans le flow.

**4e intensif :** Reconnaître votre valeur et savoir ce que vous savez.

**5e intensif :** Tout est énergie. Comment vous en servir ?

**6e intensif :** Créer votre vie de l'Être, donner et inspirer.

### **Quels sont les bénéfices de cette formation ?**

Cette formation est une formation personnelle et un pré-requis si vous souhaitez devenir facilitateur Movement of Life plus tard. Il y aura alors une auto-évaluation et un entretien à passer au terme de cette année.

- Vous éveiller à votre vraie nature,
- Découvrir votre rythme et votre fonctionnement,
- Apprendre à être à l'écoute de vous, de votre corps,
- Devenir pleinement autonome,
- Vous ouvrir à une nouvelle conscience,
- Pacifier vos relations, et retrouver l'harmonie
- Retrouver la liberté de choisir,
- Reconnaître votre autorité intérieure et votre sagesse,
- Intégrer tout cela dans votre quotidien.
- Découvrir les subtilités cachées
- Comprendre comment fonctionne l'énergie et comment l'extérieur répond à ce que nous envoyons, émettons.

---

*Vous éveiller à votre  
Vraie Nature avec  
Movement of Life©*

---

## Dates

Chaque week-end aura lieu comme suit (de sorte de permettre aux gens du Québec ou. Guadeloupe, ainsi qu'à ceux de La Réunion ou Maurice de participer) :

- **Vendredi 19h30-21h30**
- **Samedi et Dimanche 13h30 – 19h30**

Du 4 au 6 déc

Du 19 au 21 février

Du 23 au 25 avril

Du 25 au. 27 juin

Du 10 au 12 sept

Du 19 au 21 nov

Chaque week-end inclura méditation, respiration, sessions de Movement of Life et sessions de discussion questions-réponses (+ toutes les surprises qui pourraient émerger spontanément !).

Au terme de celui-ci, vous serez invité à une pratique concrète à mettre en place dans votre quotidien d'ici le week-end suivant.

### **Vous bénéficierez également**

- D'un soutien en binôme pour pratiquer l'écoute pure de façon hebdomadaire
- D'un accompagnement en trinôme pour la pratique des différents thèmes abordés durant les week-ends de formation.
- D'un groupe FB privé où échanger entre vous et dans lequel je vous soutiens également tant énergétiquement, qu'en répondant aux questions posées et parfois via des live spontanés.
- De sessions de groupe en ligne avec Armelle entre chaque intensif. Celles-ci sont destinées à continuer les enseignements abordés et à vous accompagner en direct.

### **Sessions de groupe en ligne :**

Elles sont d'1h30 et ont toujours lieu le mercredi à 20h

- Le 30 déc 2020
- Le 24 mars 2021
- Le 26 mai 2021
- Le 28 juil 2021
- Le 13 oct 2021
- Le 1<sup>e</sup> déc 2021

## Thèmes abordés durant la formation (non exhaustif)

### Au travers des sessions *Movement of Life*

- Libérer, au travers du mouvement et des partages, toutes les façons dont le corps a été utilisé, idolâtré ou bafoué auparavant, et vivre une relation saine et naturelle avec celui-ci
- Intégrer le corps dans votre vie et vous mettre à son écoute
- Explorer, au travers du mouvement, la relation à vous, à l'autre, au groupe
- Prendre votre place
- Vivre en alignement avec l'Être et votre expression unique
- Découvrir votre véritable nature et oser son expression unique
- Devenir familier avec le mouvement naturel de la vie en vous
- Danse, mouvement, auto-massage pour prendre davantage contact avec son corps, le rencontrer et l'accueillir dans tous ses espaces
- Inviter, rencontrer et intégrer toutes les énergies cristallisées qui se révèlent au travers du mouvement

### Au travers des sessions de discussions et partages :

Que cherchez-vous vraiment ?

Vous êtes plus que le corps.

Vous écoutez et suivez ce que vous sentez, qu'est-ce que cela veut dire concrètement? Vivre en alignement avec ce que vous êtes, écoute profonde.

Choisir à chaque instant.

Pleine responsabilité de votre expérience.

Au-delà de tout jugement, du bien et du mal, rencontrer ce qui est.

Espace de tous les possibles.

Tout ce qui se passe collabore toujours à être plus vous-même.

L'amour, qu'est-ce que c'est? Besoin d'amour, est-ce vrai?

Les relations.

La véritable empathie.

Les croyances et conditionnements limitants, systèmes de défense.

Les traumatismes.

Libération des émotions, croyances et vieux schémas de comportement.

Vie quotidienne, prise de décision, faire des choix.

## Qu'est-ce que **Movement of Life**©

*Movement of Life* est une pratique d'éveil de conscience et d'écoute de la vie qui se vit au quotidien et au travers du mouvement. Il vous invite à une reconnexion instantanée avec votre être et la joie simple qui est toujours là.

C'est aussi un mouvement somatique et énergétique grâce auquel vous êtes en contact et à l'écoute de votre corps. Il vous aide à rencontrer les émotions refoulées et à les libérer, ainsi que les croyances ou conditionnements limitants.

C'est en plus une danse méditative douce - qui peut être intérieure ou extérieure - qui diminue grandement le stress et les tensions, vous aide en cas de dépression ou burn-out à retrouver la forme et la santé.

C'est un outil d'une grande puissance dont la pratique est douce.

La présence suscitée par l'écoute du mouvement naturel est le cocon sécurisant dans lequel vous pouvez vous déposer et laisser émerger le meilleur de vous, renaître à vous tel un papillon sortant de sa chrysalide. Sa simplicité déconcertante est aussi sa force.

*Movement of Life* vous aide à libérer des blocages émotionnels ou physiques et à vous retrouver. Il est adaptée à toutes et tous, quelle que soit votre condition physique. *MoL* ne nécessite pas de savoir ou pouvoir danser, mais bien de vous mettre à l'écoute de votre corps et de suivre ce mouvement.

C'est un voyage intérieur dans le mouvement, une découverte de l'être que vous êtes, une opportunité de vous voir comme vous ne vous étiez peut-être encore jamais vu.

## Tarif :

1950€ si paiement en une fois.

195€/mois si paiement étalé sur dix mois du 1er déc 2020 au 1er sept 2021

## Comment vous inscrire ?

Envoyez un email à [info@armellesix.com](mailto:info@armellesix.com)

Faites le paiement d'un acompte de 800€ pour confirmer votre inscription.  
Solde de 1150 à payer pour le 3 déc 2020.

Ou demandez un plan d'échelonnement, signez le contrat et faites le paiement du premier versement de 195€ pour le 1er déc 2020.

**Votre inscription est prise en compte dès paiement de l'acompte ou du 1er versement.**

Informations bancaires (seul mode de paiement)

AISBL Ecole du Mouvement de la Vie

30 chemin du Buc – 5501 Lisogne – Belgique

Banque ING Belgium

IBAN ; BE84 3631 4446 4059

BIC : BBRUBEBB

Communication : Formation MoL et votre nom et prénom

---

## **Ecole du Mouvement de la Vie**

[info@armellesix.com](mailto:info@armellesix.com)

