

# MAISON TARA

Un espace au service du développement personnel et du bien-être



Maison TARA a ouvert cette année. Un lieu serein et lumineux, apaisant et ressourçant, pour vous permettre de prendre soin de vous, individuellement et collectivement.

Venez découvrir ses 200 m2 à quelques pas du village de Valbonne : son espace thérapie (4 bureaux et salle d'attente) et ses deux grandes salles de cours.



**-20% SUR TOUT 1ER RENDEZ-VOUS PRIS AU MOIS DE DÉCEMBRE**

Cliquez ici pour découvrir notre équipe de thérapeutes et prendre rdv

## LE SITE INTERNET

Vous y trouverez l'ensemble des TARapeuthes, le planning des cours collectifs, les stages...

## LA PAGE FACEBOOK

Pour retrouver toute l'actualité du lieu : cours, stages, conférences, séminaires.

## INSTAGRAM

Pour suivre au jour le jour l'actualité de maison TARA.

contact@maisonlara.com

## Dans l'espace bureaux, des thérapeutes professionnels et bienveillants



Vous y trouverez les spécialités suivantes : sophrologie, homéopathie uniciste, ostéopathie, coachings de vie, hypnose, nutrition, sexologie, soins énergétiques, sonothérapie, massages. Vous serez reçus avec toute l'écoute et le professionnalisme, la bienveillance, qui permettent de cheminer vers la guérison et le mieux-être. Les thérapeutes ont pris le temps de décrire leur pratique sur des pages individuelles : [première rencontre en cliquant ici](#).

## Dans les salles, des cours de yoga, pilates, barre à terre, méditation, danse libre, biodanza...

Chacune et chacun avec ses spécificités et son professionnalisme, elles/ils donnent des cours hebdomadaires dans une des deux salles de la maison. Ils sont à l'écoute des besoins de chacun et ils continuent de prodiguer leur passion, en s'adaptant à cette période compliquée.



[Retrouvez-les en cliquant ici, le planning des cours est également en ligne.](#)



### LES STAGES À VENIR

Elodie et Julie proposent, pendant toutes les vacances de Noël, le mardi soir et le jeudi matin, [des ateliers yoga et méditation](#), Michèle DAVID proposera [deux jours de stage](#) les 22 et 23 janvier, [Mirjana Ledran](#) débute une série d'ateliers (samedis matins) yoga du cachemire le 29 janvier, journée Wim Hof avec [Julien Vandelli](#), le 30 janvier, sessions régulières de [Kundalini Activation Process \(KAP\)](#) avec Aurora, constellations familiales avec [Jesabel Domberger](#) le 6 février, chant intuitif avec [Virginie Reiffsteck](#) une fois par mois... Toutes les informations, au fil de l'actualité, [en cliquant ici](#) ou sur [Facebook](#).

### MAISON TARA ACCUEILLE ÉGALEMENT DES FORMATIONS ET DES SÉMINAIRES

Les [ARTS DU TAO](#) donnent leur formation de médecine traditionnelle chinoise, sur 2 ans, à la maison TARA. Ils occupent cette année les deux salles, 2 we/ mois.

