



L'atelier du CLE déménage à La
Rochefoucauld

Le Cercle de Libération de l'Etre (CLE)



*Se libérer,
se reconnecter à soi,
et oser sa vie au présent*

Quésako...? Comment ça se passe ?

... ma liberté d'être

J'ai appelé cet atelier "CLE", **Cercle de Libération de l'Être**, car cette intention noble de se (re)trouver, d'être serein(e), d'avoir levé ses blocages et de se sentir libre.. c'est ce que j'incarne dans ma vie en faisant de mon mieux et que je prêche pleinement que ce soit dans mes accompagnements individuels comme collectifs ... Et j'aime profondément animer le collectif...

le groupe est une approche forte et puissante.

Quand je ne suis pas en séance individuelle à mon cabinet, je vous retrouve en groupe ...

Le format "atelier"

NOUVEAU!

Chaque mercredi à la Rochefoucauld

8 Moulin d'Olérat

16110 La Rochefoucauld

19h30 - 21h

NOUVEAU
À LA ROCHEFOUCAULD

CONNEXION
CORPS-ESPRIT-ÂME



ATELIER DU CLÊ
hebdomadaire,
en groupe

Viens quand
tu peux ou au moins
2 fois par mois

Cercle de Libération de l'Être

Chaque rencontre est unique et se construit en fonction de la météo intérieure de chacun et de l'énergie du moment.

Pratiques pouvant être proposées selon les besoins du groupe : sophrologie, gestion des émotions, méditation, pratiques énergétiques, CNV, constellations familiales, Breathwork, danse intuitive, chant, sexothérapie et autres approches favorisant la connaissance de soi.

Un espace de présence et d'écoute sans jugement, confidentiel, pour prendre du recul, lâcher prise, se reconnecter à soi, vivre au présent, plus en paix ...

Retrouver la liberté de se choisir et d'être soi !



LES MERCREDIS CLÊ

Chaque mercredi soir en petit groupe
à partir du 2 septembre

de 19h30 à 21h
La Rochefoucauld 16110
Selon le temps : en salle ou en forêt

Au programme (selon les besoins et élans du groupe) :

🗨 Cercle de parole	☀ Nettoyage énergétique
🔮 Tirages d'oracles	💖 Exploration des émotions et des besoins
💬 Communication non violente	👐 Toucher conscient
🧘 Méditation	🌀 Méditation dynamique d'Osho
🌿 Sophrologie	🌊 Relaxations guidées
🌀 Breathwork (+5€)	💃 Danse libre
👤 Constellations familiales (+5€)	🎵 Chant intuitif
	★ ... et bien d'autres surprises !

15€ en forfait multiséances ou 20€ la séance

*Entre forêt et rivière,
un lieu pour se reconnecter
à soi, à la nature... et à l'Être.*

*Reprise le 2 septembre !
+ d'infos à venir*

contacter Karine Koala • 06 72 21 19 48 • <https://www.karinekoala.fr>   

C'est un groupe mixte où chacun(e) est accueilli(e) tel qu'il/elle est...
Emotions, état d'être en arrivant, des dires à déposer, évacuer etc...
Ici tout est confidentiel et respectueux.

Ce groupe CLE existe depuis l'ouverture il y a quatre ans, de l'association Reliance (dont j'ai été co-administratrice) et il se fait dorénavant dans mon nouveau lieu :)

Tout au long du processus, je demeure connectée au groupe, à chacun, et à l'énergie du groupe... afin de servir et de d'accompagner au mieux et laisser faire ce qui est juste.

- Je suis moi même dans l'accueil de l'instant T et n'ai pas conscience des étapes à l'avance
- Nous démarrons toujours par notre météo intérieure (comment je me sens, ce que j'ai à déposer) et une tisane pour ceux et elles qui le désirent et un tirage d'oracle.

- Pendant ces séances, je me laisse porter, offrant au groupe toutes les approches, outils et clés que je possède: nettoyage énergétique, méditation, exercices de CNV (Communication non violente), de sexothérapie, Breathwork (voire explications sur mon site), constellations familiales, yoga du rire, danse, chant intuitif avec ma shruti box, sophrologie etc.
- C'est un atelier expérimental: j'invente souvent des pratiques spontanément, qui me sont soufflées, inspirées par l' énergie collective.

Tarifs :

**15€ avec abonnement (150€ les 10 séances)
ou 20€ la séance**

- Il est certain que la régularité permet d'avancer plus vite, mais je peux venir quand je veux/peux **au moins deux fois par mois.**
- Nous avons un groupe Whatsap qui permet de prévenir de son absence, c'est également un groupe de lien et soutien.



CONNEXION
CORPS-ESPRIT-ÂME

ATELIER CLÊ
*séances
exceptionnelle:s*

Breathwork Libération Emotionnelle



Dans le cadre de l'atelier du CLÊ
Cercle de Libération de l'Être
(chaque mercredi), je propose
parfois des séances de
Breathwork *

**Cercle d'écoute, bienveillant et
confidentiel
Libération des émotions
bloquées, lâcher prise du corps
Connexion au corps, au présent
Pratique respiratoire et
corporelle**

*Retrouver la liberté de se
choisir et d'être soi !*

*Contre indiqué pour les femmes enceintes,
problèmes de santé mentale, épilepsie, troubles
cardiaques et respiratoires, hypertension

**Mercredis 7 octobre, 4 novembre, 2 déc.
de 19h30 à 21h30**

**Au Moulin à la
Rochefoucauld 16110**

20€ adhérent au CLÊ/30€ la séance + d'infos

contacter Karine Koala • 06 72 21 19 48 • <https://www.karinekoala.fr>

Une fois par mois: Breathwork lors de l'atelier du CLE 19h30-21h30 30€/20€ adhérent

[Voire la newsletter sur le Breathwork](#)

Le format "Week-end"

3 à 4 jours / 3 fois par an
dans le Médoc (à 8km de la mer)



Trois fois par an, les ateliers du CLE se transforment en week-ends!
je propose à 8 km de la mer dans le médoc (et probablement bientôt ailleurs)
ces week-ends CLE.

Sur le même principe que les mercredis soirs, je propose plusieurs approches :
des libérations émotionnelles à la plage, sophrologie, sexothérapie, des
constellations familiales, des outils de CNV, des bains de forêt etc.. profitant du
lieu et des éléments.

Nous vivons ensemble en maison, préparons à manger ensemble pendant ces
3 à 4 jours.

Une magnifique occasion de booster ses énergies et de prendre conscience de
son pouvoir personnel.

Tout ce que je propose n'est qu'invitation... mais chacun repart joyeux,
transformé, avec une nouvelle énergie bien intégrée.

CONNEXION
CORPS-ESPRIT-ÂME



DATES 2026/2027

Du 25/09 au 27/09/2026

Du 2/10 au 4/10/2026

Du 6/05 au 9/05/2027

Week-end CLE

Cercle de Libération de l'Être

Des cercles: de parole,
de tirages d'oracles, de guérison,
autour des 3S
(Sensorialité, Sensualité, Sexualité)

Des ateliers de:
libération émotionnelle (Osho),
constellations familiales, méditation,
sophrologie, CNV, expériences
énergétiques
et chamaniques,
yoga du rire, des sorties
à la plage et bien
d'autres surprises!

*Et si tu prenais un
moment pour toi... rien que..
pour toi...?*

*Retrouve la liberté d'être
TOI et de TE CHOISIR...*



*À Vendays-Montalivet,
à 8km de la mer*

280€ week-end sept et oct
395€ week-end mai
Logement, tous ateliers
compris

Places limitées
à 8 personnes

+ d'infos



contacter Karine Koala • 06 72 21 19 48 • <https://www.karinekoala.fr>

Je m'inscris au week-end de
septembre!

Témoignages ATELIER CLE

”

*Breathwork... Belle expérience, intense et pleine d'émotions.
Karine est bien présente et bienveillante tout le long du processus qui peut être
douloureux par moment.*

Je suis partie de l'atelier bien ancrée, détendue.

Vidée et pleine à la fois. 2 jours de grosses fatigués après.

Mais quel plaisir de me lever le 3ème jour avec un dynamisme et de l'entrain.

C'est très agréable. Bravo à moi, au groupe qui est un soutien et à Karine!

”
témoignage d' Isabelle

« L'atelier CLE est pour moi synonyme pour moi de liberté : Liberté d'être, de parler et de ressentir. C'est un moment privilégié, nous sommes toutes là avec notre vécu et nos émotions du moment et dans le seul but de les partager, les accueillir et les comprendre. Je suis en confiance au sein du groupe, c'est mon moment privilégié à moi. Le cercle est rempli de bienveillance et d'écoute. C'est un bon remontant et un moment de partage. Merci à Karine d'avoir initié cet atelier et pour ton accueil. »

Je viens découvrir l'atelier du
CLE le MERCREDI

Témoignages WEEK END CLE

”
Un week-end incroyable ❤️ où je me suis trouvée en sécurité avec tellement d'amour et de bienveillance pour m'exprimer, me libérer, être authentique. C'était tellement magique, puissant et intense d'être portée par autant d'amour et de vivre tous ces exercices qui permettent d'aller en profondeur et d'apaiser son âme. Tellement reconnaissante d'avoir vécu des moments aussi émouvants et énergisants !

”
témoignage d' Audrey

Réserver

”

J'ai vécu une expérience unique dans un week-end CLE. Partages, émotions, bienveillance, approfondissement de la connaissance de soi, respect,...et tant d'autres choses qu'on en sort pas indemne. Grandi de plein d'amour de soi et des autres. Et Karine est quelqu'un de formidable qui est pleines d'idées originales et surtout une « maîtresse de cérémonie » (c'est mieux que responsable de groupe). Rigoureuse, respectueuse, bienveillante, dans l'écoute et qui prend soin de chacun et chacune.

J'ai appris qu'avec des choses simples on pouvait toucher le plus profond de l'âme et en ce week-end j'ai trouvé ce que je cherchais.

LA PAIX, L'AMOUR, LA JOIE.

Merci Karine, merci les filles du groupe!

”

témoignage de Vanessa

”

Je crois que ce week-end a été aussi fort que mon premier voyage en Afrique!!!

”

témoignage de Virginie

★★★★★ Il y a 12 semaines

Un week-end incroyable 💖 où je me suis trouvée en sécurité avec tellement d'amour et de bienveillance pour m'exprimer, me libérer, être authentique. C'était tellement magique, puissant et intense d'être portée par autant d'amour et de vivre tous ces exercices qui permettent d'aller en profondeur et d'apaiser son âme 🙏 Tellement reconnaissante d'avoir vécu des moments aussi émouvants et énergisants.

Visité en juin

Suivez-moi sur les réseaux pour l'actu en temps réel



Cabinet
Ateliers au Moulin **La Rochefoucauld**
+33 06 72 21 19 48

Si ces emails vous plaisent, rajoutez mon adresse soamba2006@yahoo.fr dans vos contacts pour que les prochains n'arrivent pas dans les spams.

[Se désinscrire](#)