

MÉTHODE DARE™

LES TROIS PORTES

Reprogrammation intérieure & libération profonde

Clarifie ce qui compte.

Retrouve ton axe.

Incarne la réalité qui te ressemble.



Pour entrepreneurs, dirigeants, personnes en transition ou toute personne qui sent qu'elle n'avance plus comme elle le souhaite.

Idéal si :

- Tu repousses toujours ce projet qui compte vraiment
- Tu as l'impression de donner beaucoup sans retrouver d'élan
- Tu te sens bloqué(e) sans comprendre pourquoi
- Tu répètes les mêmes situations relationnelles ou professionnelles
- **Tu sens qu'une partie de toi est prête à passer un cap mais sans savoir comment.**

1. LA PORTE DE LA VÉRITÉ

Séance Clarté Fondatrice

Entrer ici, c'est accepter de voir.

Pour celles et ceux qui sentent un blocage... sans réussir à le nommer.

Une séance pour comprendre enfin ce qui bloque, remettre du sens et relancer le mouvement.

Ici, le mental ne mène plus la danse.

Le corps parle.

La vérité émerge.

Ce que cela apporte :

- Soulagement immédiat d'un poids intérieur
- Compréhension d'un schéma répétitif
- Sortie de confusion mentale
- Reconnexion à ta vérité profonde
- Sensation d'espace, de clarté

Format : Séance immersive individuelle (visio ou présentiel)

Tarif : 300€

2. LA PORTE DE LA LIBÉRATION

Parcours – Traversée – 2 mois

Entrer ici, c'est choisir de ne plus revenir en arrière.

Tu ne fais pas qu'ouvrir.

Tu identifies les mécanismes qui te font répéter certains schémas.

Tu installes une nouvelle manière d'agir.

Comprend :

- 1 séance de reprogrammation individuelle
- 1 séance mouvement guérisseur « Rebond ».
- 1 séance bilan
- Rituels personnalisés entre chaque séance
- Suivi vocal / messages 11 jours après les deux premiers rendez-vous.

Ce que cela transforme :

- sortie des réflexes de fuite
- affirmation de soi
- confiance stable
- capacité à faire des choix justes
- énergie disponible pour créer
- intuition amplifiée

Ce que cela apporte :

Tu ne tournes plus en rond.

Tu avances.

Tarif : **900€**

3. LA PORTE D'INCARNATION

Parcours – Métamorphose – 6 mois

Entrer ici, c'est devenir.

Pendant 6 mois, tu explores une approche mêlant corps, mouvement, symbolique, rythme et rituels pour reconstruire une manière d'avancer profondément alignée avec qui tu es.

Il ne s'agit plus seulement de comprendre. Tu ne travailles plus seulement les blocages.

Tu retrouves plus de clarté, d'élan et une capacité nouvelle à poser des choix alignés.

Tu incarnes une nouvelle manière d'avancer.

Comprend :

- 3 Séances de Reprogrammation des Fondations (identité / confiance / abondance)
- 5 séances : Mouvement guérisseur, voyage tambour et voix, rituel de libération des schémas limitants.
- 1 séance bilan.
- Suivi vocal / messages 11 jours après chaque rendez-vous.
- Rituels personnalisés entre chaque séance
- Intégration des valeurs à travers des contes symboliques transformationnels : courage, résilience, solidarité, lien, repos, ouverture du cœur.

Ce que cela crée :

- fin du plafond invisible
- leadership incarné
- décisions nettes
- expansion plus fluide
- paix intérieure + puissance extérieure
- Réalignement vie personnelle & mission de vie
- identité pleinement assumée

Ce que cela apporte :

Tu ne subis plus.

Tu diriges.

Tu avances d'une manière plus alignée avec qui tu es.

Tarif : 2800€

Ils en parlent :

 *Retrouver de la légèreté*

« Je me suis senti progressivement plus léger, apaisé, aligné... »

 *Débloquer ce qui semblait figé*

« En une séance elle a réussi à débloquent un problème que je traînais depuis 3 ans. »

 *Retrouver un élan*

« Une expérience hors du temps qui m'a permis d'avancer sereinement. »

Sophie Lurcel

Déclencheuse de bascule intérieure

Semeuse de réussites

Psycho praticienne relationnelle

Art/danse thérapeute

Parce qu'une réussite durable se construit, se cultive, se ressent et s'incarne.

Depuis plus de 25 ans, j'accompagne individus et groupes, à travers le mouvement, la force du symbolique, le rythme et la voix.

J'ai conçu la méthode DARE™ : une approche où la transformation ne passe pas uniquement par les mots. Elle passe aussi par le corps, le mouvement et l'expérience vécue.

Alors, prêt(e) à franchir une première porte ?

Écris-moi pour un échange découverte ou une première séance Clarté Fondatrice.

Oser, c'est déjà gagner !

Tel : 06 61 98 16 13

Site : <https://danse-art-relation.com/>

Mail : info@danse-art-relation.com

