



## KINKY LAB

### LE SOUFFLE ÉROTIQUE

#### **Un atelier inclusif et ludique pour éveiller ses sens**

Immersion dans un espace d'expérimentation dédié aux jeux conscients et consentis. Explorations du souffle dans ses différentes expressions : variation d'intensité, de rythmes, rétentions, respiration orgasmique.

#### **Un espace pour se (re)découvrir**

Identifier ses désirs, ses limites, les communiquer, les mettre en scène, jouer avec ses fantasmes et également vivre pleinement son plaisir dans une présence au corps. Écouter comment les sensations se manifestent, voyagent et se transforment, comment être libre d'exprimer et faire circuler son plaisir.

#### **Programme de l'atelier**

L'atelier commence par du mouvement, un partage ainsi que différentes propositions sensorielles pour entrer en contact avec soi-même, ses sensations et les personnes présentes. Il s'agit de se mettre en confiance et en lien, de co-crée un cadre sécurisant pour pouvoir ensuite explorer plus librement.

Des exercices variés permettront d'explorer différentes techniques respiratoires dans toutes leurs nuances et leurs intensités. Des outils somatiques seront proposés pour s'immerger pleinement dans ces jeux, tout en développant la capacité à créer une tension érotique, jouer avec les rythmes respiratoires, les sensations, les rétentions, les expressions du plaisir, en affinant la communication pendant le jeu.

L'atelier ouvre ensuite sur un espace partagé de jeux ritualisés. De manière libre et spontanée, à l'écoute de vous-mêmes, vous pourrez participer ou regarder et vous sentir libres d'être qui vous êtes dans l'expérience.

La nudité est possible, en respectant vos envies et vos limites. L'atelier peut également se faire sans nudité.

#### **Infos**

Cet atelier s'adresse à toutes personnes majeures, en solo ou en relations (toutes formes de relation est bienvenue) et de toutes orientations sexuelles. Il s'adresse à des personnes ayant déjà participé à mes ateliers ou eu d'autres expériences similaires et ayant intégré les notions de consentement. Un contact préalable est nécessaire si vous n'avez jamais suivi mes ateliers.

Il aura lieu le dimanche 8 février 2026 de 10H00 à 18H00 au centre de Lausanne.

L'atelier coûte 170 CHF. par personne. En cas de difficulté financière, me contacter pour trouver un arrangement.

#### **Conditions & inscription par email: [info@vanessa.langer.ch](mailto:info@vanessa.langer.ch)**

L'inscription est validée après réception du paiement.

En cas d'annulation, l'atelier n'est pas remboursé et ne peut pas être rattrapé.

Vous pouvez trouver une personne pour prendre votre place.