



# Le réseau de Tantra en Bretagne

◆  
Mars 2026

## BREIZH TANTRA

### Breizh Tantra, la meilleure façon de rencontrer la vie qui frémit au printemps

Nous sommes joyeux de continuer à transmettre et enseigner cette voie du Tantra qui est pour nous un chemin spirituel nous invitant à honorer le corps, vivre les émotions et laisser circuler l'énergie de vie. Cette exploration permet de découvrir notre propre nature et manifester notre être véritable.

Cette cinquième newsletter propose diverses rencontres pour explorer la richesse des dimensions du Tantra



#### Le contenu de cette newsletter.

Editorial  
philosophique et  
poétique

Le programme  
d'activités et de  
journées  
thématiques

Nos lieux de  
pratiques  
confortables et  
adaptés

Une équipe  
d'enseignants et  
de pratiquants  
expérimentés

La charte qui  
nous fédère

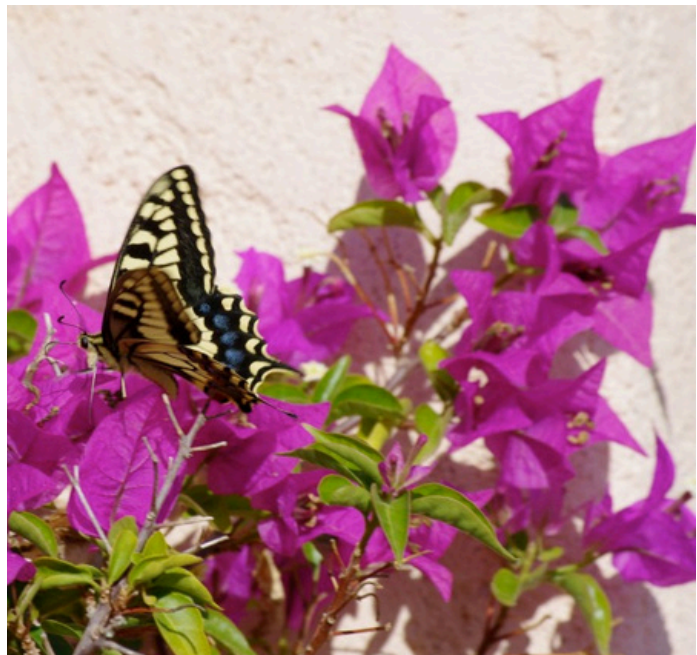
### Pensées philosophiques et poétiques de mars

“Le « travail » tantrique est extrêmement doux et subtil. Rien n'est à abandonner, rien n'est à transcender ni à rejeter mais il est simplement demandé au tâtrika de se libérer du doute en descendant au noyau incandescent de chaque pensée où la rencontre de l'espace infini fait découvrir que le yoga le plus profond travaille avec la réalité.”

Tantra Yoga p 167. Daniel Odier

“quand l'objet n'a plus d'existence, la simplicité et l'authenticité de chaque acte devient une oeuvre en soi. Plus nous nous allégeons et nous libérons, plus notre énergie coule; elle baigne notre être d'une fraîcheur égale à celle d'un ruisseau. Chacun de nos gestes et de nos actions ont la qualité de cette fraîcheur : un souffle intérieur en résonance avec l'harmonie universelle.”

L'homme tout. Sylvie Carrelet & Gérard Longuet



“Il est vain de vouloir changer les structures si on ne transforme pas d'abord le coeur de l'Homme.”

Pierre Pradervand, sociologue



# Les activités

## Le réseau de Tantra en Bretagne

Mars 2026 ✦

### Les journées thématiques :

**Le samedi 25 avril 2026 : 9h00 - 17h00**

**La voie du Tantra : Les animateurs de Breizh Tantra vous invitent à partager l'esprit du Tantra qui nous anime, accueillir vos questions et vos besoins;**

lieu : Le Chemin des Vents -18 Kerlavarec- Tréméven-29300

contact inscription : Sylvie 07 66 01 15 71 et Benoit 06 17 94 49 83

tarifs : 20€ animation et 20€ location salle; cotisation annuelle à l'association du lieu d'accueil 5€; repas à charge des participants.

**Le dimanche 17 mai 2026 : 9h00 - 17h00**

**Chakra de la gorge Vishuddha : Anne et Luc vous proposent une journée d'activation du chakra de la gorge qui, lorsqu'il est équilibré, favorise authenticité et confiance en soi, équilibre entre écoute et expression, clarté mentale et conscience. 14 personnes maximum.**

lieu : La maison douce 19 rue de Porz-Moëlan - 29350 Moëlan-sur-mer

Contact inscription : Luc 06 13 30 70 31

tarifs : 20€ animation et 20€ location salle; cotisation annuelle association du lieu d'accueil 5€; repas à charge des participants.

**Le samedi 13 juin 2026 : 9h00 - 17h00**

**L'homme dans le cadre du Tantra : Luc et Benoit vous proposent d'explorer la place de l'homme d'aujourd'hui, dans son quotidien et dans la société. réservé à 14 hommes maximum**

lieu : Le Chemin des Vents -18 Kerlavarec- Tréméven-29300

contact inscription : Luc 06 13 30 70 31

tarifs : 20€ animation et 20€ location salle; cotisation annuelle association du lieu d'accueil 5€; repas à charge des participants.

# Le réseau de Tantra en Bretagne

Mars 2026 ✦

## Week-end thématiques :



**les 11-12 avril 2026 :**

**Un week-end en résidentiel pour expérimenter et vivre le massage Tantrique. (niveau 1)**

**Plus qu'un simple massage, c'est une expérience transformatrice qui éveille les sens, harmonise l'énergie vitale et invite à une profonde connexion.**

**Un week-end pour ouvrir son coeur, vivre une expansion de notre conscience et ancrer une présence pleine et totale à son corps...**

**Un temps pour ressentir la joie de recevoir et vivre le plaisir de donner.**

animé **par Mia, Benoit et Tara.** 16 personnes maximum.

lieu : La maison douce 19 rue de Porz-Moëlan - 29350 Moëlan-sur-mer

contact inscription : Benoit 06 17 94 49 83

tarif : 100€ animation; 65€ location de salle et hébergement/nuit /personne; cotisation annuelle association du lieu d'accueil 5€; repas à charge des participants.

**Les 5- 6-7 juin 2026 : début de stage le 5 juin à 17h30**

**Le massage Tantrique. (niveau 2 pour les participants ayant participé au niveau 1).**

**Après l'exploration des bases ce niveau 2 vous invite à entrer dans une dimension plus subtile, plus intense et plus incarnée du massage tantrique. Une immersion pour affiner votre présence, approfondir la connexion et oser un toucher plus engagé.**

animé **par Mia, Benoit et Tara.** 14 personnes maximum.

lieu : Kersimon 56420 Plumelec

contact inscription : Benoit : 06 17 94 49 83

tarif : 100€ animation; 65€ location de salle et hébergement/nuit /personne; cotisation annuelle association du lieu d'accueil 5€; repas à charge des participants

## Infos, suivis et formations :

N'hésitez pas à contacter les intervenants de Breizh Tantra qui proposent activités, accompagnements et formations :

**Ségoleine Audrain**

<https://www.segoleine-audrain.fr/tantra-prestations/>

Tel : 06 87 99 88 32

**Sylvie Carrelet**

<https://ecologie-interieure.com>

Tel : 07 66 01 15 71

**Thomas Cretin**

<https://thomascretinshiatsu.wixsite.com/accueil>

tel : 06 34 14 79 32

**Rachel Déniel**

<https://tantra-allegria.fr>

tel 06 89 52 50 27

**Mia Kuikko**

[www.massagesdivins.com](http://www.massagesdivins.com)

tel : 07 72 13 38 71

**Benoit Myotte**

[www.benoitmyotte.com](http://www.benoitmyotte.com)

tel : 06 17 94 49 83

**Jean-Raoul Sintès**

[www.smiling-transitions.net](http://www.smiling-transitions.net)

tel 06 09 83 58 64

# Le réseau de tantra en Bretagne

Mars 2026 ✦

## Les lieux d'accueil

Le chemin des vents - 18 Kerlavarec - 29300 Tréméven



La maison douce 19 rue de Porz-Moëlan - 29350 Moëlan-sur-mer



## L 'équipe Breizh Tantra



### Ségoleine Audrain

J'accompagne en individuel en Psycho-somatothérapie, Chi Nei Tsang et Massage Aquatique. J'enseigne le Tantra, la Fusion Kizomba Tango, le Qi Gong, le Chi Nei Tsang et la symptothérapie SensiPLAN. J'ai suivi la formation d'Enseignante Tantra auprès de Mahasatvaa Ma Ananda Sarita (Tantra Essence). Je donne avec passion des week-end Tantra Transformation et des week-ends Tantra couple.

<https://www.segoleine-audrain.fr/tantra-prestations/>

Tel : 06 87 99 88 32



### Sylvie Carrelet

Enseignée et formée depuis 1975 par des maîtres du Bouddhisme et du Tantra Yoga, j'anime des formations et des stages de Tantra et de créativité depuis les années 1990 en Europe. Co-autrice avec Gérard Longuet du livre "L'homme tout", nous avons créé le mouvement "écologie intérieure". Je propose des séances individuelles en psycho-énergie et en sonothérapie.

<https://ecologie-interieure.com>

tel 06 85 71 48 63



### Thomas Cretin

J'ai été appelé par mes sensations corporelles il y a une dizaine d'années. Cela m'a permis d'être en constante recherche du lien entre le corps et l'esprit et de découvrir le Shiatsu.

J'aime partager ce lien au corps, comme un allié qui me guide dans une conscience plus élevée de moi-même.

<https://thomascretinshiatsu.wixsite.com/accueil>

tel 06 34 14 79 32



### Rachel Déniel

Co-Présidente de Tantra Allegria, j'ai à cœur de développer le Tantra dans le Finistère. Passionnée de danse, très connectée au corps et au vivant, je nourris ainsi mes besoins de partage, liberté, joie et spiritualité.

<https://tantra-allegria.fr>

tel 06 89 52 50 27



### Mia Kuikko

Originaire de Finlande, artiste, chercheuse de l'authenticité, j'ai vécu 29 ans dans les îles du Pacifique, où je me suis initié aux pratiques de Reiki et d'Ayurveda. Depuis 2017 en France, j'ai développé mes compétences en massage Tao, Tantra et Sonothérapie.

[www.massagesdivins.com](http://www.massagesdivins.com)

tel 07 72 13 38 71

## L'équipe Breizh Tantra



**Anne Le Merdy**

Au cours de plus de 40 années à chanter et accompagner des chanteurs tout en ayant différentes pratiques physiques et spirituelles dont le Tantra, j'ai compris que le travail de la voix est une quête pour aller vers plus de confiance, de connaissance de soi, de paix, de partage, d'épanouissement, de plaisir et de joie. J'aime à le transmettre...  
Cours individuels de chant / technique vocale à Riec sur Bélon  
Ateliers collectifs bimestriels à Nevez.  
tel 06 73 51 15 67



**Tara Myotte**

À travers l'élaboration des massages tantriques je souhaite apporter et transmettre tous les bienfaits thérapeutiques de ce toucher en conscience, unique et Sacré.  
J'ai à cœur d'initier et d'accompagner l'humain sur ce chemin d'éveil et de transformation.  
[www.taramyotte.com](http://www.taramyotte.com)  
tel 06 24 42 20 04



**Jean-Raoul Sintès**

Formé au coaching et à la pédagogie perceptive dans sa spécificité d'art martial sensoriel, je propose de retrouver le lien entre notre corps, notre cœur et notre tête. Des pratiques de méditation pleine présence, de massage, de mouvements codifiés et libres, nous reconnectent à la puissance et la saveur de la vie qui nous anime.  
[www.smiling-transitions.net](http://www.smiling-transitions.net)  
tel 06 09 83 58 64



**Benoit Myotte**

Thérapeute, masso-thérapeute et animateur de stage depuis plus de 10 ans, je suis en joie d'accompagner l'éclosion de cette voie spirituelle Tantrique en Bretagne ! J'aime partager ma vision du Tantra : Juste être soi... en totale authenticité !  
[www.benoitmyotte.com](http://www.benoitmyotte.com)  
tel 06 17 94 49 83



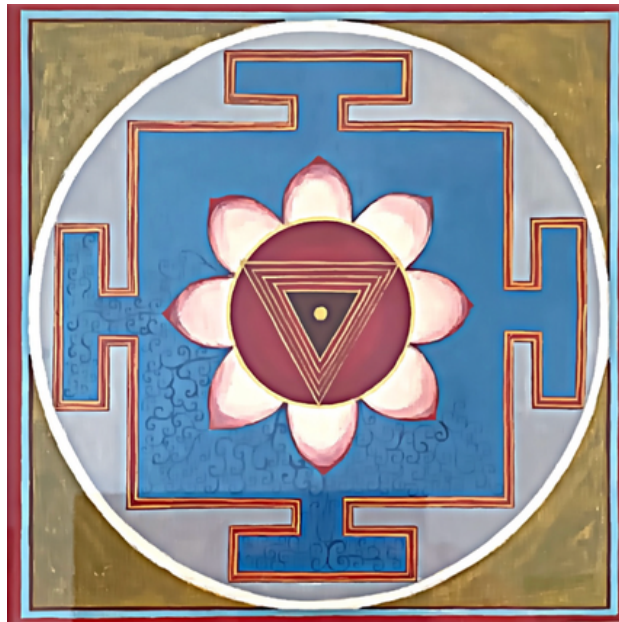
**Luc Smith**

J'ai pratiqué les arts martiaux de 1977 à 2001 et suis en perpétuel recherche vers un mieux être pour moi et pour les autres. Formé en psycho-somato-sexo thérapie, spécialisé en Eros relationnel, j'anime depuis les années 90 des groupes et des formations de massages, de méditations et de Tantra.  
[www.lamaisondoucebretagne.com/](http://www.lamaisondoucebretagne.com/)  
tel 06 13 30 70 31

## La Charte du réseau Breizh Tantra :

vous pouvez la consulter [ICI](#)

Nous avons souhaité nous accorder pour vous proposer un cadre d'accompagnement respectueux de chacun. Cette Charte permet de soutenir de manière sécurisée nos propositions.



### **SUIVEZ NOTRE ACTUALITÉ**

Vous pouvez suivre notre actualité sur le site internet [www.breizh-tantra.fr](http://www.breizh-tantra.fr) et sur [facebook](#)

Nous rayonnons sur la région Ouest.

Pour toute demande d'information vous pouvez envoyer un mail à [breizhtantra@gmail.com](mailto:breizhtantra@gmail.com)

Au plaisir de vous retrouver chers amis de Bretagne et des environs !  
L'équipe Breizh Tantra