



Association Les Grands Jardins du Theil



**Mardi 14 octobre à 19H**

## *Méditation voyage avec les baleines !*



**avec Alice SEGUIN**

Praticienne en Kinésiologie pour  
Animaux et Humains

*Méditation voyage avec les baleines ! Au son du tambour, didgeridoo et des chants des animaux, accompagnée par ma voix, je vous fais découvrir une façon de méditer en voyageant dans un univers particulier notamment celui des baleines !*

*Je vous invite en 4 temps à découvrir plusieurs techniques qui vous permettront de vous mettre dans le moment présent, en connexion avec votre corps par la respiration, l'ancrage, le ressenti émotionnel via la musique, les chants de mantra et nous finirons par un voyage guidé, au son de ma voix et des instruments tel que le didgeridoo et le tambour. laissez-vous transporter et vivez une nouvelle expérience.*

**Quand :** Mardi 14 octobre à 19h et le mardi 18 novembre à 19h

**Combien :** 15€

**Où :** Les Grands Jardins du Theil – 125 rue Varin - 50330 – Gonneville Le Theil

**Animation :** Alice SEGUIN - Praticienne en Kinésiologie pour Animaux et Humains

**Outils :** plaid, coussin, tapis de yoga.

**Réservation obligatoire - Places limitées :**

Les Grands Jardins du Theil - 02 33 44 72 04 - [lesgrandsjardinsduthheil@gmail.com](mailto:lesgrandsjardinsduthheil@gmail.com)