



Association Les Grands Jardins du Theil



Mardi 18 novembre 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 : 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 - lesgrandsjardinsdutheil@gmail.com