Association Les Grands Jardins du Theil

Mardi 27 janvier 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 27 janvier à19h
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

Encore 1 place disponible