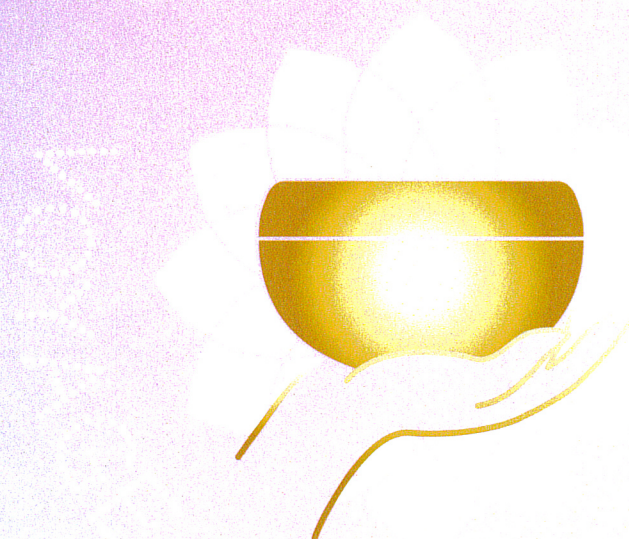


Nouveau à Céligny

Voyage sonore



Lundi 24 mars
18h30 à 19h45

Ouverture des portes 18h15
début à 18h30

Salle communale de Céligny
Route des Coudres 2
1298 Céligny

www.voyage-au-coeur-de-soi.com



Voyage sonore aux bols tibétains

Nous débuterons par une courte méditation, ensuite vous serez invité
à vous coucher, rien à faire, juste à être.

Se laisser emporter par la relaxation qui s'offre à vous.

Guidé par ma voix et bercé par les sons et vibrations des bols tibétains,
handpan, et autres instruments vous plongerez dans une profonde détente.

Le corps est plongé dans un espace sensoriel et immersif hors du temps,
relaxant et régénérant, où il vous sera permis de lâcher prise,
de relâcher le mental, et de profiter d'un moment de pause afin de se
reconnecter pleinement à soi.

Laissez votre corps et votre âme fondre dans l'harmonie des fréquences
sonores et vous emmener dans votre voyage intérieur.

Les bienfaits d'un voyage sonore :

Diminue le stress et l'anxiété - Favorise le sommeil

Booster le système hormonal et immunitaire

Un grand bien-être, équilibre sur le plan mental et émotionnel

Mieux digérer tant physiquement qu'émotionnellement

Rééquilibre les chakras et l'énergie du corps

Dissout les blocages et libère les tensions

Améliore les capacités cognitives et bien plus encore

par Francesca & Yassine

Inscription par e-mail : francesca.annabi@gmail.com
ou par tél. 079/610.01.21

Tarif spécial séance de découverte : Chf 30.--

Chf 20.--avs, chômage, étudiant / Enfants dès 10 ans à 16 ans gratuit

Veuillez prendre avec vous : Tapis de yoga/sol - couverture - coussin
tenue chaude et confortable