

Initiation au Yoga & relaxation Bols Tibétains

au profit de l'association humanitaire Ecoliers du Monde
dimanche 25 juin 2023 à la Mairie de Faverges de la Tour 38

Atelier YOGA (1H)

Travail sur les sens
(la notion de Pratyhara)



Animé par Ophélie FILA

Professeure de Yoga, formée à l'EFYARA

Ecole française de Yoga Auvergne Rhône-Alpes

Bulletin d'inscription

Nombre de places limité.

Réservation par ordre de réception des demandes,
par mail, à

vandamme.marieannick@gmail.com

Nom :

Prénom :

Téléphone :

Mail :

Je choisis :

atelier de 9H à 10H30 (15 personnes).

atelier de 11H à 12H30 (15 personnes).

Votre participation libre à partir de 20 euros validera votre inscription.

Atelier BOLS TIBETAINS (0H30)

Bain sonore aux bols chantants
et gong



Animé par Marc FOUILLEUL

Formé au Népal aux techniques de relaxation

et de rééquilibrage des énergies par

vibrations des bols chantants.

Ces ateliers s'adressent à tous sans condition physique particulière.

Prévoir un tapis de sol, une couverture et des vêtements confortables.