

VIBRER

Yoga du son - Adultes

Une clé d'entrée vers l'ouverture du coeur dans la joie et d'accès au silence intérieur.

Samedi 12 décembre
de 12h30 à 14h30

À CESSY - 35€

Inscription à yoga.unartdesoi@gmail.com



VIBRER

La force vibratoire du son !

Les **harmoniques du tanpura**, la **vibration du sanskrit** et la **magie des mantras** entreront en résonance avec votre corps et votre esprit. Cette voie d'intériorité fondée sur la vibration sonore harmonise le corps, apaise le mental et ouvre l'espace du cœur, permettant ainsi de **goûter au silence à l'intérieur de soi**. Elle est aussi un fil tissé entre l'intime et le sacré et une source puissante de fraternité.
Mettez de côté votre mental, inutile de savoir chanter, juste se laisser guider et porter par la puissance vibratoire des sons et par l'énergie du groupe !

Inscription à yoga.unartdesoi@gmail.com