

Atelier – Découvrez la magie des bols Tibétains.

Dimanche 29 avril 2018

9h à 17h30



Jimmy Thériault
Thérapeute agréé - AQTN

Lieu : La Cave Perdue
du Théâtre du Pommier
Rue du Pommier 9, (suivre les affiches)
2000 Neuchâtel, Suisse

Inscription :
info@sereniteparleson.com

Coût: CHF 140.-

Les objectifs principaux de l'atelier d'initiation:

- choisir et utiliser adéquatement son bol
- apprendre l'auto-massage pour détendre son corps et apaiser son mental
- comprendre l'origine de cette pratique millénaire
- découvrir les principes physiques des bols
- utiliser son bol pour la méditation et le yoga

Pour cette exploration, des bols
sont à votre disposition.

Si vous avez déjà un bol
apportez-le!

Si le bol vous trouve,
vous pourrez l'acquérir sur place.



Photos : Nelson Boisvert