

Atelier – Découvrez la magie des bols Tibétains.

Samedi 16 juin 2018 – 9h à 17h30



Jimmy Thériault
Thérapeute agréé - AQTN

Lieu : **Le Centre KA**
458, 63e rue est
Québec G1H 1Y8



Inscription : www.lecentreka.com
418-929-9248

Coût: 128\$ tx incluses

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