

Découvrez la magie des bols tibétains

Dimanche 16 juin 2019

(9h00 - 17h30)



Jimmy Thériault
Thérapeute agréé - AQTN

Sérénité par le son

Faites vibrer votre essence!

Lieu : **Le Centre KA**



458, 63e rue est
Québec G1H 1Y8

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

Coût: 125 \$ 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

** (Ne remplace en aucun cas les traitements médicaux.)