

YOGA DU SON

120' WORKS' P!

SAMEDI 7 NOVEMBRE 16H30 - 18H30

BLAISE ANGEL & GRÉGORI MAUROUX



SALLE DU CONSEIL, RUE DU VILLAGE 22, 1273 ARZIER-LE MUIDS

Frs 50.- Sur inscription : gabriela@yoga-arzier.ch

www.yoga-arzier.ch

www.yoganidra.ch



Cette pratique exclusive de Nada Yoga (Yoga du son) vous permettra d'explorer les différentes facettes de la puissance subtile des sons dans tous leurs états.

Intimement lié au Prana (énergie vitale), le son lui donne une forme et une direction.

Mantras, Kirtans, Bhajans, Hatha yoga sonore, et un travail avec le souffle prépareront une pratique unique de Yoga Nidra mariée au mantra Purusha, cette technique ancienne remontant à l'origine du Yoga Nidra.

Coachs professionnels, enseignants de yoga, Grégory Mauroux et Blaise Angel sont également tous les deux certifiés de l'Institut des Arts et de la Voix.