



Graines de sagesse



**ATELIER CORPS ET VOIX
SAMEDI 17 OCTOBRE DE 14h à 18h**

Se mettre au diapason des saisons avec des
conseils
de santé naturopathiques pour chaque saison
Contacter sa vitalité et sa vibration intérieure ;
Do-In, routines énergétiques, postures de yoga
accompagnées
par des sons et bijas mantras.

Puis cheminer avec notre voix au fil des saisons.
Nous ouvrir, nous relier au monde et aux autres à
travers des exercices et jeux vocaux, des rythmes,
des polyphonies simples.

Cet atelier sera co-animé par Josseline Georges
(Naturopathe/enseignante de Yoga) et Claudine
Serme
(Chanteuse, comédienne, formatrice en expression
vocale)

DATES : Samedi 17 Octobre 2020 /Samedi 30 Janvier
2021/Samedi 20 Mars 2021/Samedi 5 Juin 2021

PARTICIPATION FINANCIÈRE : Séance à l'unité : 45
€

Les 4 séances : 160 € (+ 6€ adhésion)

LIEU : Villa Pagnon, 8 rue de Bellevue ROMANS
TÉL : 06 85 73 60 24 mail : nat.hatha@orange.fr