

YIN YOÛA ET VOYAGE SONORE



31 rue Bressigny, Angers

Dimanche 3 février de 10h à 12h

avec David Le Barzic et Mariano Agostini

Dans le Yin Yoga d'hiver les postures proposées stimulent le méridien reins/vessie, favorisant la circulation énergétique de l'élément EAU dans tout le corps. La durée des postures (jusqu'à 10 minutes) favorise un état de méditation soutenu par les créations musicales de Mariano. La séance se termine par une relaxation sous forme de voyage sonore. Mariano est musicien, musicothérapeute et masseur sonore certifié. David est professeur de yoga, formé au Yin Yoga par Philippe Beer-Gabel et Anne-Gaëlle Guillot.

Tarif unique 25€

Inscription par acompte de 15€
à l'ordre de David Le Barzic

Contacts

David 06 73 26 82 48
Mariano 07 50 98 37 10

Siret 49356250800033