

YIN YOÛA ET VOYAGE SONORE



31 rue Bressigny, Angers

Dimanche 24 mars de 10h à 12h

avec David Le Barzic et Mariano Agostini

Au printemps, l'énergie bois domine : la nature s'éveille après le long silence froid de l'hiver. La sève monte, la lumière augmente... Dans cette séance, les postures YIN tenues longtemps (jusqu'à 10 minutes) et les sons associés viendront stimuler le méridien foie/vésicule biliaire. La séance se terminera 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