

Atelier Nada-Yin

Avec Laurence Franco & Gyom

Laurence et Gyom vous proposent **le dimanche 16 juin** de vivre au **Samasthithi Studio** un voyage sensoriel, une expérience d'immersion dans les vibrations des mantras et chants sacrés, bercés par les instruments de musiques de différents horizons ou de sonothérapie.

Le son, tour à tour dans l'intériorité et dans l'extériorité vous permettra de traverser la couche de « Manas » (votre mental) et de plonger profondément en vous-même vers cet état d'unité.

Vous serez soutenus et guidés lors de postures restauratrices ou d'étirements passifs réalisées au sol. Dans le principe du Tao et du "non effort", vous relâcherez le système nerveux et accéderez à un espace de joie « tranquille ».



Gyom, en arrêtant d'un coup une carrière scientifique toute tracée part en voyage musical...

C'est aujourd'hui avec le Coeur qu'il transmet aussi bien les sons de la jungle amazonienne que ceux de la musique classique indienne sous forme de chants sacrés traditionnels ou d'improvisation.

Laurence, enseigne avec douceur et enthousiasme le Yoga Ashtanga et le Yin Yoga depuis plusieurs années, pratique le yoga de la Bhakti et s'est formée au Yoga du son auprès de l'Institut des Arts de la voix

TOUS NIVEAUX

Dimanche 16 juin

15h-18h

40€ adhérent / 45€ sinon

Inscriptions/Renseignements : caroline.boulinguez@samasthithistudio.net