Yoga du son
Approfondissement Formation

Avec Josine ZON

Chant quantique-Soin vibratoire « Corps – Souffle – Voix – Vibration »

- 2 dans la région nantaise : du à la Chopinière en Vendée

  Et du à Treillières

- En Ardèche : (4 jours consécutifs)

Pour la 3ème année, Josine ZON revient dans la région nantaise *proposer son enseignement et ses pratiques sur la Voix.* ***Pour cette année, elle suggère un engagement, une continuité sur plusieurs sessions pour approfondir ce chemin. Josine est musicienne, professeur de musique, kiné et musicothérapeute en Ardèche.*** *Elle travaille depuis de nombreuses années sur la dimension énergétique et vibratoire des sons, Vous pouvez consulter son site* ***http://la-joyaume.org/voix.htm***

- Chant spontané..... Son Intuitif
- Utilisation de sa propre voix comme outil d'évolution personnelle,
- Dynamique de créativité, de guérison et d'éveil
- Exercices de relaxation, de respiration ;
- Alignement des chakras ;
- Intonation de voyelles et mantras en sanskrit ;
- Soins énergétiques par la voix.
- Méditation et visualisation guidée ;

Dans tous les modules sont prévus : partage, explication théorique, échauffement de la voix, pratiques de pranayama. Les exercices se font en solo, avec un partenaire ou en petit groupe.

- Coût : 120€ 2 jours - 200€ 4 jours (Ardèche)
- Versement de 40€ d'arrhes pour confirmer son inscription
- Repas partagés
- Hébergement prix réduits (libre participation aux frais)
- Renseignements – inscriptions : Michelle Doucet
  0684400854 m.doucet468@laposte.net