



## Nouveaux Voyages sonores au dojo samedi 18 novembre de 18h30 à 19h30

Rémy musicien et Alexandra praticienne sonore  
sont heureux de vous accueillir ce samedi pour  
partager un voyage sonore  
Vous pourrez vous déposer et bénéficier des  
bienfaits du son, des vibrations d'une  
palette instrumentale riche et variée.  
Prendre soin de vous, un moment de détente  
absolu, pour votre plus grand bien-être.

### La magie des sons

Bienvenue dans le monde magique des sons ...

Les sons sont perçus depuis des milliers d'années  
comme un puissant outil.

La sono thérapie, les bains de son, yoga du son,  
massage sonore, reposent sur la connaissance des  
sons à des fins thérapeutiques.

Notre corps est composé en majeure partie d'eau,  
qui agit comme un conducteur. Il est réceptif aux  
vibrations et ondes sonores qui vont se diffuser.

Le corps humain résonne comme un instrument de  
musique qui, lorsqu'il se désaccorde, émet des  
fréquences disharmonieuses.

La transmission de sons et de vibrations vont donc  
venir corriger cette disharmonie, la surface du  
corps et son intérieur vibrent alors jusqu'au plus  
profond de l'être.

En élevant la fréquence vibratoire du corps, notre  
organisme retrouve équilibre, santé et vitalité.

Est favorisée une harmonisation de l'être sur tous  
les plans...



**Renseignements et inscription :** [alexandragebauer@hotmail.fr](mailto:alexandragebauer@hotmail.fr) ou 06 60 75 08 31  
**Tarifs :** 15 euros

## Il reste quelques places de représentants pour la constellation familiale de groupe

🌀 **samedi 18 novembre de 9h à 16h30** au Dojo esprit zen à La Valette



Vous pouvez vous inscrire en tant que  
représentant 😊

La place de représentant est essentielle et très riche d'expériences de vie, c'est l'occasion de découvrir les règles d'un système familial. C'est la place systémique que prend le représentant qui détermine les ressentis et les sentiments.

La participation financière est libre et se fera à la fin de la journée, en fonction de ce que vous estimez avoir reçu et de vos possibilités.

Renseignements et inscription auprès de **Sophie CARNIAUX**

**Tel : 06 17 47 15 90**

[sophiecarniaux@gmail.com](mailto:sophiecarniaux@gmail.com)

## Soirée de Méditation et Bain de Gong avec les énergies de la pleine lune

***Samedi 25 novembre de 20h15 à 22h15***

Cette méditation de guérison est utilisée pour la guérison énergétique de notre famille, de nos amis et de nous-mêmes. Pratiquez cette méditation lorsque vous avez besoin d'une guérison intérieure ou lorsque vous souhaitez envoyer de l'énergie de guérison à distance à un être cher. Cette belle méditation mantra stimule la circulation de l'énergie dans le canal central de la colonne vertébrale et dans les chakras, ce qui s'accompagne d'un ajustement métabolique au nouveau niveau d'énergie dans le corps.

**MÉDITATION & GONG**  
*Soirée pour la guérison*

Samedi  
25 novembre  
2023

20H15  
à  
22H15

DOJO ESPRIT ZEN  
766 chemin de Terre Rouge  
Le Plein Sud  
83160 La Valette du Var

**Tarif 15 euros**

Informations & inscriptions  
[lynnthiry@gmail.com](mailto:lynnthiry@gmail.com)  
07 81 37 63 70  
[www.lotusawakenings.com/association.html](http://www.lotusawakenings.com/association.html)

 

Rejoignez-moi pour cette Soirée de méditation et Gong avec les énergies de Pleine Lune. Prenez le temps de méditer et de vous détendre profondément aux sons harmonieux du gong.

Le gong est un instrument de musique et un outil de guérison du système nerveux qui impacte le corps et ses méridiens pour développer le soi. Le son du gong crée une relaxation profonde en stimulant le système nerveux parasympathique ainsi que le système glandulaire. Cela aide à libérer l'esprit de nombreuses pensées et de stress. La vibration du gong libère les blocages énergétiques et les émotions, réduit les tensions et stimule la circulation.

**Détendez vous et lâchez prise!**

**renseignements et inscription :** [lynnthiry@gmail.com](mailto:lynnthiry@gmail.com) – 07 81 37 63 70

**Tarifs :** 15 euros