

Atelier de découverte de la sonothérapie

Olivia reçoit
Serge Beneyton

22 mars 2024

18h30 à 20h00

Participation 25 €
168 rue d'Artois Lille

Renseignements et réservations

06 33 50 45 63 / 09 84 10 05 07

asso.notambule@mailo.com

www.duonotambule.com



Au programme

Présentation de la sonothérapie

Origines, définition, les bienfaits

Les différents types de séance

Les instruments

Du tambour aux percussions

mélodiques

Une présentation d'instruments intuitifs

les écouter, les sentir vibrer

Les explorations

Un temps sera consacré aux bols chantants

Apprendre à les faire sonner et chanter

Jeux et explorations

A prévoir

Une tenue souple type yoga

Places limitées