

Atelier de découverte de la sonothérapie

Avec

Serge Beneyton

30 mars 2024

14h00-16h00

Participation libre

87 rue August Potié

Haubourdin

Renseignements et réservations

06 33 50 45 63

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,

un coussin pour vous asseoir

Places limitées