
PELTIER CÉLINE



praticienne de massages aux bols
tibétains, gong, tambour et voix

chanteuse, et musicothérapeute

www.musicotherapiecelinepeltier.com



Atelier

vendredi 28 Octobre
10:00 à 17:00

**« initiation aux
bols tibétains,
gong, tambour et
voix »**

CENTRE SANTOSHA

14 rue petite Bourgade
30700 Uzès



BOLS TIBETAINS



TARIFS ET RESERVATIONS

tarifs :

80 € par pers/journée.

réservations:

Céline Peltier

tel: 06.08.01.22.89

mail:

celinepeltier516@gmail.co

m

« INITIATION AUX BOLS TIBÉTAINS, GONG, TAMBOUR ET VOIX »

DEROULEMENT DE L'ATELIER

venez avec une tenue souple, et votre bol chantant si vous en avez un

matinée :

- introduction sur l'origine des bols, la fabrication, leurs vertus
- Comment on les utilise , en massage , en méditation, avec la voix
- comment choisir, acheter son bol chantant
- initiation au massage sonore
- travail sur le souffle, la voix , les chakras

- Pause déjeuner : (de 13h à 14h) on mange dans Uzès tous ensemble

après-midi :

- méditation au son du tambour et danse spontanée
- chansons à partager
- exercices pratiques deux par deux du massage sonore
- temps libre d'échange
- bain de gong

Cette journée sera placée sous le signe de la joie et de la bonne humeur.