

Voyage sonore - relaxation aux sons des bols chantants (Ecolibri d'ICI)



Crédit : 2026_ARTICLE_ECO D ANCENIS _ RESTAU DU COEUR_ SONOTHERAPIE (Claire Jugeat)



Offrez-vous une parenthèse de détente avec un voyage sonore guidé par les vibrations des bols chantants et du gong. Cette séance de relaxation profonde invite à relâcher les tensions, apaiser le mental et retrouver un état de calme et de présence. Accessible à tous.

Infos pratiques

Catégorie : A faire

Description

Lors de cet atelier de relaxation sonore, les participants sont invités à s'allonger confortablement et à se laisser porter par les vibrations des bols chantants, du gong et d'autres instruments sonores. Les sons et les vibrations favorisent un état de détente profonde permettant de relâcher les tensions physiques et mentales, d'apaiser le mental et de retrouver un moment de calme et de présence. Cette expérience sensorielle est accessible à tous et ne nécessite aucune pratique particulière. Les séances peuvent être proposées en atelier collectif, voyage sonore ou moment de relaxation guidée, dans un cadre calme et chaleureux à l'atelier bien-être Écolibri situé à côté du gîte La Charmante des Vallons. Les séances sont aussi proposées en individuel dans un second local de la praticienne à Ancenis, au 19 rue de l'Abbé Fresneau. Vous trouverez tout le détail des tarifs sur le site internet.

Toutes les informations pratiques

Contact

La Charmante des Vallons Atelier bien-être Ecolibri
6 Rue des Dureaux
1 Rue Du Lavoir
44540 VALLONS-DE-L'ERDRE
contact@ecolibridici.fr
<https://www.ecolibridici.fr/>