



INFORMATIONS



GUEBWILLER Lieu sera précisé ultérieurement



Début le jeudi 08 février 2024



DURÉE : 01:00

Prix : **112.00 €**

PROFILS : Enseignante Kundalini Yoga

PRE REQUIS :

Aucun pré-requis, le cours est ouvert à tous.

MATERIEL :

La pratique de l'activité ne nécessite pas une tenue spéciale mais un tapis ou un coussin.

CODE ACTIVITÉ : 8GU0838

DESCRIPTION

Dans une ambiance conviviale, venez partager un moment de relaxation. Dans cet atelier, vous apprendrez à méditer pour évacuer votre stress et votre négativité.

Le cours est une méditation guidée.



OBJECTIFS

Le cerveau d'une personne dans un état de méditation profonde émet des ondes thêta.

La Thêta Méditation est une :

- technique très profonde et relaxante
- guérissante énergétique
- puissante onde cérébrale Thêta qui augmente l'intuition et la créativité

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Jeudi	08-02-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	15-02-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	22-02-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	14-03-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	21-03-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	28-03-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	04-04-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	11-04-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	18-04-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	16-05-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	23-05-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	30-05-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	06-06-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -
Jeudi	13-06-2024	18:00	01:00	Lieu sera précisé ultérieurement, -