

ATELIER

Bain de sons & Yoga

Une parenthèse de bien-être,
entre relaxation et voyage sonore.

SAMEDI

28 novembre 2026

15 h - 18 h



Patrick MECHIN

Sono-thérapeute et fabricant
d'instruments de sonothérapie.

AU PROGRAMME

01 Yoga Nidra

Un temps de relaxation pour se poser,
ralentir et entrer dans l'atelier en douceur.

02 Bain de sons

Un voyage sonore guidé par Patrick, au fil des
vibrations des instruments et de la douceur
de la voix.

Un moment pour soi, dans la joie de se retrouver.

LE LIEU

133 avenue de Vichy

Bellerive-sur-Allier

LE TARIF

40 €

20 € pour Patrick

20 € pour Dominique

Contactez Dominique au 06 82 21 64 12