

Bain de Forêt à Champlitte

Samedi 21 février à 10h

***Atelier de
sylvothérapie***

***- Initiation au bain de forêt
+ Méditation au tambour chamanique...***

UN BAIN DE FORÊT C'EST QUOI ? :

**IL S'AGIT D'UNE EXPÉRIENCE PERMETTANT DE S'IMMERGER TOTALEMENT
DANS LES ÉNERGIES DE LA FORÊT EN CONSCIENCE.
DÉVELOPPÉ DANS LES ANNÉES 1980 AU JAPON, LE BAIN DE FORÊT EST UNE
FORME DE MÉDITATION MOBILE DONT ON PEUT TIRER DE NOMBREUX
BÉNÉFICES POUR LA SANTÉ.
C'EST PLUS QU'UNE SIMPLE PROMENADE EN FORET.**

***Durée : environ 2h
Sur réservations uniquement
07 82 60 19 47***

***Tarif : 25€/personne
15€ pour les -15
places limitées
Annulé en cas de pluie.***

