

Bain de Forêt à Champlitte

***Samedi 24 octobre
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 BIEN 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.



Imprimé par nos soins - ne pas jeter sur la voie publique