

# **Bain de Forêt à Champlitte**

**Samedi 18 octobre à 10h**

**-Reconnexion à soi**

**-Harmonisation**

**-Méditation au tambour chamanique...**

**Atelier de  
sylvothérapie**

**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 : 20€/personne**

**10€ pour les -15**

**places limitées**

**Annulé en cas de pluie.**



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