

# BOLS TIBETAINS

Anne Morilhat et Sylvie Jeannot

19 juin, 17 juillet, 21 août, 18 septembre - 17h00 à 18h00 / Offre découverte : 30 mai - 11h00 à 12h00 / 5€



On ne connaît pas exactement la date d'apparition de ces magnifiques outils ancestraux. Probablement avant le bouddhisme en tout cas...

La pratique repose sur un constat simple : les vibrations des bols agissent sur l'eau que contient notre corps ; petit à petit, notre organisme se synchronise avec les sons et les vibrations.

Il s'agit là d'une détente profonde et d'une relance de la circulation énergétique. Notre équilibre intime se remet en place. Le stress est évacué.

Les bols accompagnent aussi merveilleusement bien la pratique du yoga ou de la méditation.

---

## INFORMATIONS ET RESERVATIONS

+ 33 (0)3 81 86 00 10

[contact@domainedebournel.com](mailto:contact@domainedebournel.com)