Bain de Gongs

Mme GUILLARD Ryskul

INFORMATIONS

GUEBWILLER UGA

Début le vendredi 26 septembre 2025

DURÉE : 01:00

PROFILS : Enseignante Kundalini Yoga

PRE REQUIS :

Aucun et ouvert à tous.

MATERIEL :

Prévoir un tapis ou un coussin.

CODE ACTIVITÉ : 10GU832

Prix : **126.00 €**

DESCRIPTION

Les vibrations sonores des gongs font vibrer l'air mais aussi l'eau. Or, notre corps est composé à 70 % d'eau. Les vibrations sonores font donc vibrer l'eau du corps et agissent sur la circulation sanguine, lymphatique et énergétique.

Les gongs ayant des tailles différentes, leurs sonorités le sont également. « Certains ont des ondes très graves, en dessous de 20 Hertz. Elles ne sont pas entendues par l'oreille, mais elles le sont par le corps. Le cerveau génère, comme les gongs, des ondes delta. Il se synchronise donc sur l'onde, ce qui lui permet d'entrer dans un état de conscience modifié, et de déconnecter son mental. »

Bain de Gongs

Mme GUILLARD Ryskul

OBJECTIFS

Cette technique de méditation sonore de groupe ne demande aucun effort physique et offre un massage intérieur relaxant dont les bienfaits durent plusieurs semaines

SÉANCES

Jour	Date	Horaire	Durée	Lieu
Vendredi	26-09-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	03-10-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	10-10-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	17-10-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	07-11-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	14-11-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	21-11-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	28-11-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	05-12-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	12-12-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	19-12-2025	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	09-01-2026	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	16-01-2026	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER
Vendredi	23-01-2026	19:00	01:00	UGA, 12 route d'Issenheim - 68500 GUEBWILLER