

# UN TEMPS POUR SOI AU COEUR



## Et Du Son

Relaxation vibratoire pour accompagner la détente du mouvement

Avec **Caroline Gaus**,  
Thérapeute par le son

## Du Yin Yoga

Mouvements très lents en lien avec la respiration consciente

Avec **Gaëlle Laroque**,  
Enseignante de Yoga

Une bulle de bien-être pour se poser, ralentir et se détendre dans la douceur du mouvement et la quiétude de la vibration.

DIMANCHE

25 avril

9 mai

13 juin

de 15h à 16h30

## EN PLEIN AIR

En cas de pluie, de froid, nous maintenons ce moment, cependant il se tiendra au Souffle De Vie. Les changements vous seront transmis par mail ou sms..



## INFOS PRATIQUES

Accessible en voiture

En Bus 65 ou 75 (arrêt à 5min à pieds)

### LIEU

La Maison des Bon'Heures  
Rte de Lutry 1-1073 Savigny

### TARIF

CHF 50.-

AVS-Chômage CHF 40.-

### INSCRIPTION

Gaëlle Laroque 078 645 14 82

[gaellelaroque@hotmail.com](mailto:gaellelaroque@hotmail.com)

Caroline Gaus 079 454 34 24

[carolinegaus@lesouffledevie.ch](mailto:carolinegaus@lesouffledevie.ch)