

Les prestations :



• **Séance d'Ancrege**
(15mn/pers.)



• **Séance assise**
(20mn/pers.)

La sonothérapie c'est quoi ?

Les sons circulent 5x plus vite dans l'eau que dans l'air. Etant composés d'au moins 80% d'eau, la vibration des bols chantants permet à notre corps de **réharmoniser** toutes nos cellules, procurant bien-être et harmonie. L'écoute du son apporte **absolue détente**, sérénité et reconnexion avec soi-même.

Les avantages de la sonothérapie en entreprise :

- Aide à **diminuer le stress** et l'anxiété
- Permet de dissoudre des blocages et de **libérer les tensions**
- Améliore les **aptitudes cognitives** : mémoire, concentration, créativité.
- Favorise un sommeil de qualité.
- **Apaise** les douleurs physiques et émotionnelles.
- **Ré-équilibre** et re-dynamise le système lymphatique.

Séance assise (20 minutes/pers.)

Bols tibétains et diapasons thérapeutiques

Dans cette position confortable, les vibrations viennent **masser les cellules** à différents endroits du dos, amenant progressivement une **détente du corps et du mental**. Ce travail en profondeur avec des méthodes et techniques adaptées à vos besoins personnels permet notamment de **réduire le stress** et d'agir sur les noeuds qui y sont liés. L'utilisation de **diapasons thérapeutiques** peut être envisagée pour accompagner le travail des bols (*travail sur les méridiens du corps, techniques de médecine chinoise - MTC*).

Tarif d'intervention 4h : 380€ net
+ Frais de déplacements hors agglomération





Séance d'Ancrege (15 minutes/pers.)

Bol d'ancrege de 10,5KG

Après une courte relaxation guidée, vous serez invité(e) à vous tenir debout, en chaussettes, dans ce grand bol de plus de 10kg afin de laisser les vibrations parcourir tout votre corps. Cette séance est accompagnée par quelques autres bols et permet un nettoyage émotionnel très puissant et apporte des bienfaits en matière de stabilité émotionnelle et de confiance en soi.

Cette expérience doit également être synonyme de détente et d'apaisement en plus d'une reconnexion à la terre.

Tarif d'intervention 4h : 330€ net
+ Frais de déplacements hors agglomération

Espace et conditions requises : 3m² libres. Besoin d'un espace assez calme si possible, à l'écart de bruits ambients.