Yomigaérou

Pratiques holistiques de santé et bien-être

Ouverture à TOURS Quartier Blanqui : Novembre 2018

Yomigaérou

Seitaï Romain Cazaumayou :
06 82 16 81 65 - www.seitai-tours.com

Qi Gong, Yoga du son, Tama-do
René Bertron : 06 71 73 25 83

Qi Gong Isabelle Denis : 06 19 99 24 56
www.voixenmouvement.fr

Chant (Technique vocale et expression de soi)
Manuela Arvis : 06 59 42 53 06
manuela.arvis@laposte.net

38 rue Avisseau 37000 TOURS

à 14 mn à pieds de la gare
à la sortie 21 de l'autoroute A10
Bus 2, 4, 12, 15, 17, 50, 53, 54, C

Yomigaérou

Renaître à soi-même

Le Yoga du Son
ou Kototama

En japonais, Kototama signifie « mot-âme » ou « esprit du mot ». Les «mots-âmes» sont les sons purs qui cristallisent les vibrations originelles que nous percevons ensuite comme couleur, son et forme, dans le monde manifesté.
Ces « mots-âmes » n'ont pas de signification particulière. Kototama, le chant des « mots-âmes », nous invite à l'écoute de l'Etre, à la présence simple à l'Ici-Maintenant, par la résonance intérieure des sons originels.

En ateliers collectifs et stages + d'infos : www.voixenmouvement.fr

Le Seitaï

Une pratique corporelle d'origine japonaise associant écoute, thérapie manuelle et exercices pour vous accompagner efficacement dans votre chemin de vie, **en ajustant votre corps** (assouplissement, détente, régulation des douleurs, accompagnement lors de maladies ou d'accidents...) **vos émotions et votre mental** (diminution du stress, apaisement, optimisation des compétences intellectuelles).

Le Seitaï est basé sur le développement de la perception du corps, de la sensation – **l'écoute**.

Seitaï
le corps ajusté

Il vise la stimulation de l'homéostasie, la capacité qu'a le corps à s'équilibrer intérieurement, et à s'adapter aux conditions extérieures physiques, comme le climat ou les conditions émotionnelles et intellectuelles dans la relation que nous avons avec autrui.

En ateliers collectifs, séances individuelles, stages et formations
+ d'infos : www.seitai-tours.com

Le Qi Gong

Le Qi Gong est un art interne, technique millénaire pratiquée par les moines comme par les adeptes des arts martiaux. Le Qi Gong est intimement lié à la médecine traditionnelle chinoise aux côtés de l'acupuncture, de la pharmacopée et des massages.

En ateliers collectifs et stages
+ d'infos : www.voixenmouvement.fr

Le Tama-Do

L'académie Tama-Do propose des techniques utilisant le son, la couleur et le mouvement pour incarner notre être dans toutes ses dimensions.

Basée sur l'acupuncture, une des techniques utilise les diapasons associés à une couleur, à la place des aiguilles. Il s'agit de stimuler nos points clés et faire circuler l'énergie. Cela permet un rééquilibrage énergétique, un réajustement corporel et émotionnel.

Au fur et à mesure des séances, chacun peut prendre consciences de ses corps : physique, émotionnel, mental et trouver en soi-même l' alignement et l'espace de liberté qui en découle.

En séances individuelles
+ d'infos : www.voixenmouvement.fr

Le chant
Technique vocale et expression de soi

Une découverte de soi à travers une voix authentique. Travailler sa voix, **respirer, vibrer, trouver le juste geste vocal**. Découvrir toutes les potentialités et **l'identité de sa voix** ainsi que les bienfaits d'une voix « naturelle » sur le corps et l'esprit.

En ateliers collectifs et séances individuelles,
+ d'infos par e-mail :
manuela.arvis@laposte.net

黄泉帰り
Yomigaérou