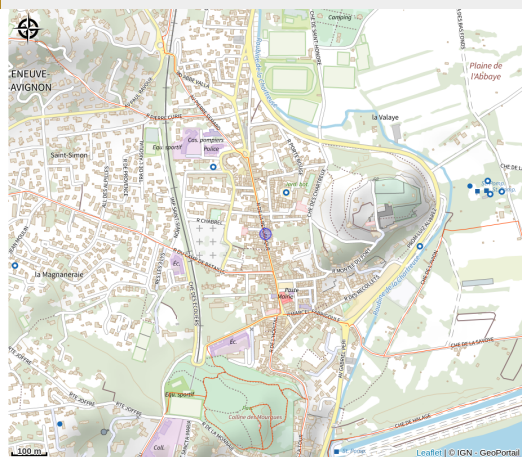


Séance de méditation et relaxation

CA du Grand Avignon



Attribution : Séance de méditation et relaxation_Villeneuve-lez-Avignon (Padmargaux/Lilie Infinity)

Au cœur du centre historique, un moment de calme intérieur est proposé dans un jardin privé, mêlant yoga, méditation guidée et voyage sonore aux bols tibétains pour retrouver sérénité et bien-être.

Infos pratiques

Catégorie : Prestataires pleine nature

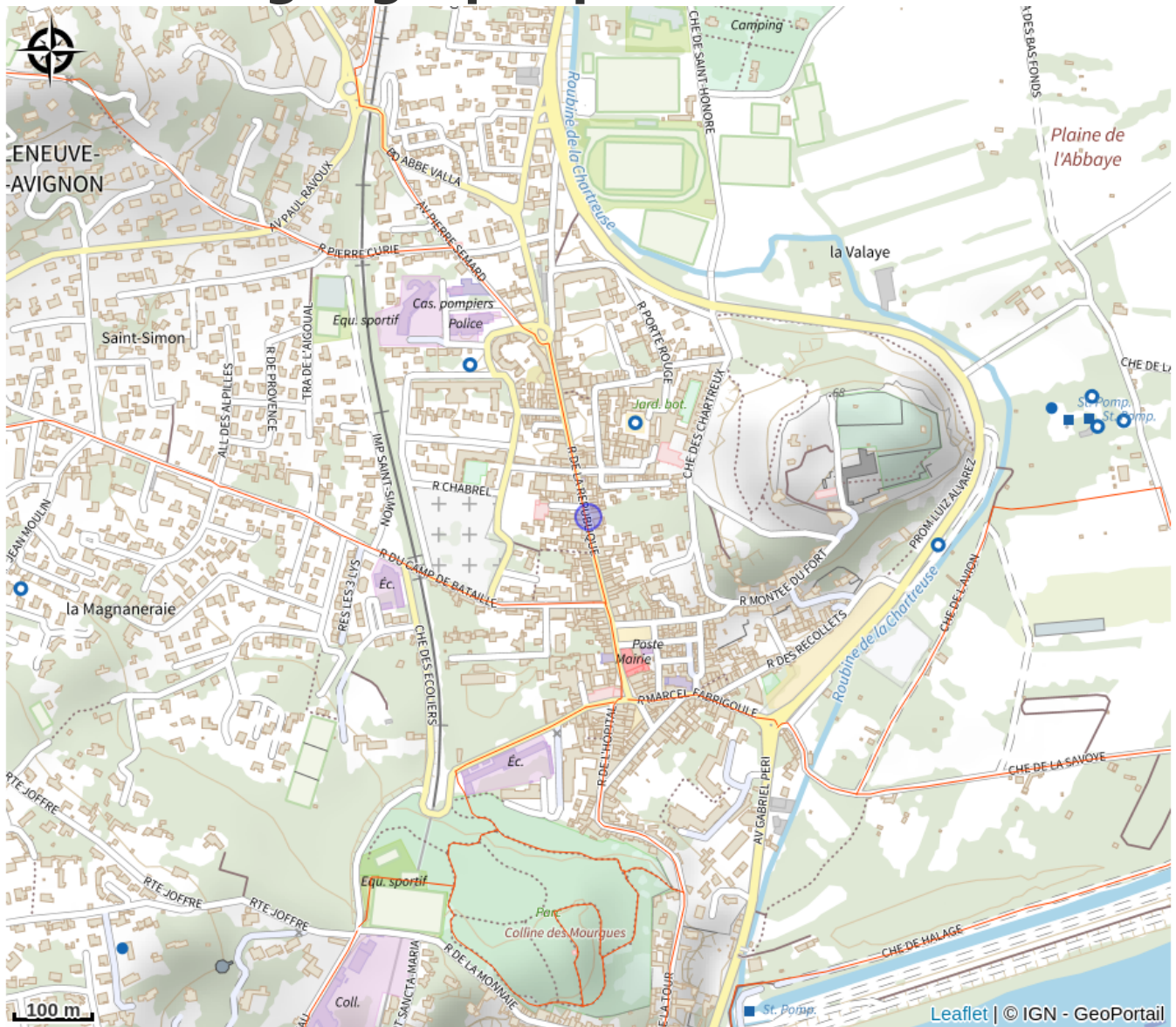
Description

Le Rituel du Cocon : Méditation & Relaxation est une invitation à ralentir le rythme et à s'offrir un véritable moment pour soi.

Pendant 1h15, l'atelier alterne respiration consciente, méditation guidée, relaxation profonde et voyage sonore créé à l'aide de bols tibétains et d'autres instruments vibratoires. Les sons et les vibrations accompagnent progressivement le corps et l'esprit vers un profond état de détente, favorisant le lâcher-prise et le retour au calme.

Accessible à tous, cet atelier ne demande aucune expérience préalable. Chacun est simplement invité à s'installer confortablement et à se laisser guider, dans une ambiance douce, chaleureuse et bienveillante.

Situation géographique



Toutes les informations pratiques

Informations pratiques

Ouverture:

Lundi 19 octobre 2026 de 19h à 20h15.

Lundi 16 novembre 2026 de 19h à 20h15.

Lundi 14 décembre 2026 de 19h à 20h15.

Lundi 11 janvier 2027 de 19h à 20h15.

Lundi 8 février 2027 de 19h à 20h15.

Lundi 1er mars 2027 de 19h à 20h15.

Lundi 22 mars 2027 de 19h à 20h15.

Tarifs:

Tarif unique : 25 €.

Fiche mise à jour par Office de Tourisme communautaire du Grand Avignon le 19/10/2026

Contact

42ter rue de la République
30400 Villeneuve-lez-Avignon
Tél. 06 51 47 86 30
padmargaux.yoga@gmail.com