

# SOIREE TANTRA

## « LE TEMPS D'UN SOUFFLE »

Animée par Adima & Hervé Ashutosh

Jeudi 28 mars 20h00 à 22h30

Le souffle est l'une des trois clés du tantra. Cette clé permet d'ouvrir une porte donnant accès à la conscience.

Par l'observation de votre souffle, en portant votre attention constante sur votre respiration, vous permettez à votre mental de lâcher prise.

Venez expérimenter différents rythmes du souffle et accéder ainsi à toute la palette de vos émotions.



### INFORMATIONS PRATIQUES

- Lieu : Paris 16 (Métro Victor Hugo)
- Arrivée 15 minutes avant SVP pas de rentrées tardives possibles.
- Pour votre confort : prévoyez des vêtements souples pour pouvoir bouger.
- Participation : libre et en conscience.

### RESERVATIONS

- Soirée ouverte à tous, célibataires ou couples.
- Entretien téléphonique préalable obligatoire pour ceux qui n'ont jamais fait de soirées avec nous.
- Adima : 06.50.03.19.57  
adimaskydancer@gmail.com