



Cours de Paneurythmie et exercices du Maître Beïnsa Douno



Horaire: Tous les vendredis de 10h à 11h30

Lieu: Pavillon Armand-Nadeau, Sherbrooke

Coût: Participation libre



Exercices et Paneurythmie

avec Iglika Besson



“La Paneurythmie est une science et un grand art qu'on étudiera dans l'avenir. Elle est basée sur trois principes essentiels : l'échange entre la nature et l'homme ; le rapport entre les processus de la vie physique et de la vie psychique; la relation entre l'idée, la pensée, la musique et le mouvement. Chaque mouvement a sa signification intérieure; les vingt-huit exercices constituent une progression continue de la conscience vers la perfection.”

Beïnsa Douno

Contenu des Séances:

- Pratique des exercices donné par Beïnsa Douno
- Apprentissage de la Paneurythmie:

Première partie: 28 exercices;

Deuxième partie: Rayons du Soleil

Troisième partie: Pentagramme

Horaire: Tous les vendredis de 10h à 11h30

Lieu: Pavillon Armand-Nadeau
du parc Jacques-Cartier,
220, rue Marchant, Sherbrooke

Coût: Participation libre

Renseignements: 819 562 3950

iglikabesson75@aol.com

