

<https://www.ville-gentilly.fr/agenda/journee-zen-au-parc-picasso>

## **Journée Zen au parc Picasso**

Jeudi 20 août 2020 à 14h00

Une journée consacrée à l'esprit zen et à la détente, dans l'apaisant environnement du parc Picasso.

### **Les journées Zen**

Cet été ! La seconde journée Zen aura lieu au parc Picasso le **jeudi 20 août**.

#### **Au programme :**



shiatsu assis



aquarelle dans l'eau

- **Massages relaxants balinais**
- **Shiatsu**
- **Yoga** : 16h30 et 17h10, deux séances d'initiation avec l'association *Atelier Vie 65*
- **[Ateliers d'aquarelle dans l'eau \(cliquer sur le lien pour plus d'infos\)](#)**
- **[Coin d'écoute \(cliquer sur le lien pour plus d'infos\)](#)**

**Toutes ces activités sont gratuites et se dérouleront en continu à partir de 14h.**

*Le 20 août, Violaine Lecuyer profitera de cette occasion pour proposer à ceux qui le souhaitent de participer au petit film en pixilation qu'elle fait dans différents lieux de la ville durant l'été. [Plus d'infos sur cet atelier](#)*