



# Stage de formation "Bols Himalayens" Niveau 1

*S'initier à l'art de la musique vibratoire  
avec les bols himalayens en soin individuel*

27 & 28 juin 2026  
Centre Eklore - Vence

*Joel Berthelot*

Sonothérapeute certifié par l'institut français  
de sonothérapie, chanteur, multi-instrumentiste,  
thérapeute psycho-corporel



*Me contacter*

Tel: 06 58 48 25 94

joel.berthelot@gmail.com

Vibressence.net

*Vibressence.*



# Pour quoi faire?

- Comprendre et intégrer l'esprit de la musique vibratoire et du métal chantant
- Savoir choisir son bol et se connecter à lui
- Acquérir les différents jeux de base des bols
- Connaître des protocoles de base pour l'utilisation des bols en soin
- Intégrer le son à ses pratiques (Yoga, Qi gong, Tai-Chi, Sophrologie, massage ,méditation...)

*Le son est la force créatrice  
de l'univers, la vibration  
est sa langue maternelle*  
Hazrat Inayat Khan

## Contenus

- La vibration (théorie, mathématique sacrée)
- La sonothérapie (fondements, philosophie, applications)
- Le métal chantant (caractéristiques, domaines d'utilisation)
- Respiration, préparation corporelle, méditation sur le son, écoute...
- Connaissance des différents bols chantants
- Choisir son bol
- Les différents jeux aux bols
- Protocole de base pour le soin



## Lieu

Situé sur les hauteurs de Vence, la salle de l'association Eklore est un lieu calme et ensoleillé propice au silence et à l'apprentissage de la sonothérapie.

## Organisation

- Repas partagés
- Possibilités d'hébergements dans les alentours (me contacter)
- Bain sonore en cours de stage pour expérimenter la réception du son en état modifié de conscience

## Tarifs

- Deux jours de formation
  - Livret de formation
  - Certificat de présence
  - Bain sonore en soirée
- 280 € (80€ d'arhes)

