

# Stage de MÉDITATION

L'association respiration organise sa 2ème édition d'un stage pour s'initier aux bases ou renforcer sa pratique régulière de la méditation.

Il se déroulera sur un /ou 2 jours les **04 & 05 Juillet 2014**.

Ce stage très pratique vous permettra de répondre à :

- Qu'est-ce que la méditation ?
- Quels types de pratiques ?
- Comment l'inclure au quotidien ?
- Quel est son impact sur le quotidien

Lieu : **Varennnes-Jarcy 91480** (l'adresse précise sera donnée à l'inscription)

Horaires : **9h00 à 18h00** avec une coupure d'1h30 pour le déjeuner

Tarifs par jour et par personne :

- **60 €** pour les inscrits aux ateliers réguliers
- **90€** pour les extérieurs

Pour vous inscrire, contactez :

RESPIRATION

**06 88 59 06 75**

Mail : [respiration.asso@gmail.com](mailto:respiration.asso@gmail.com)

Site : [respiration91.wix.com](http://respiration91.wix.com)

•