

Du vendredi 13 après midi au dimanche 15 octobre 2017

Week-End Pratique du silence et méditation dans les 4 postures :

Ce w-e offre un espace de pratique du silence et de la méditation dans les 4 postures : assis, marche, allongé et debout.

Réservé aux personnes ayant de l'expérience dans ces 2 pratiques.

Participation aux frais :

- Adhésion + 2 nuitées à l'association « Amis de Nogaret »
- Apporter 2 plats à partager (2 déjeuners)
- Prévoir une participation en espèces pour les produits des 2 petits déjeuners + 2 dîners (soupe) confectionnés ensemble.

Renseignements – Inscriptions :

Martine Chamard : 09 80 92 22 56

Monique Vinot : vinot.monique@wanadoo.fr

Jeanne Lartigue : 06 85 51 54 28 valjela@gmail.com