

Explorer la pleine conscience

Introduction à la méditation

8 séances pour :

Développer la conscience dans son être

Exprimer la liberté à travers son corps

S'initier à la méditation assise

S'essayer à la marche consciente

Goûter à la méditation introspective

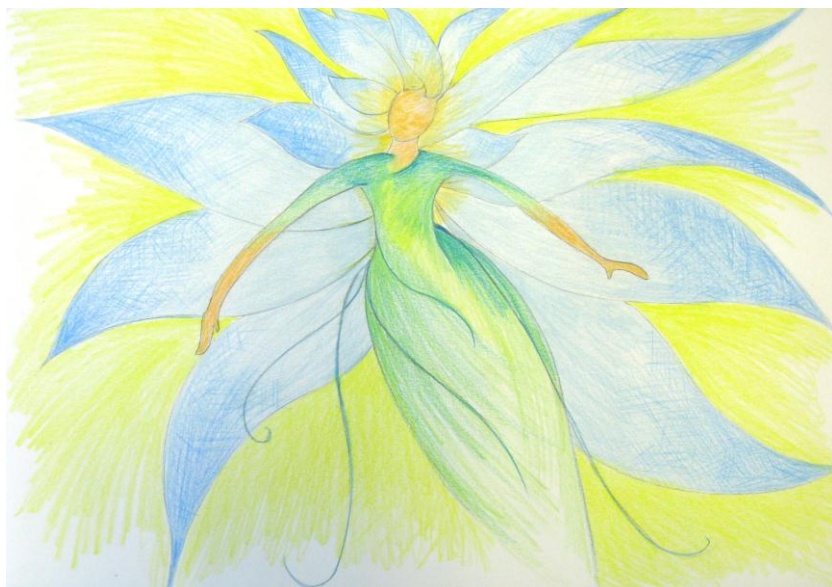
Découvrir la méditation sur l'amour bienveillant

Les **MARDIS** 17, 24, 31 janvier

7, 14, 21, 28 février et 6 mars

de 19h00 à 20h30

Montreux : Infinite Inspiration (Av. des Alpes 70)



Prix : 300 francs pour les 8 séances

Inscriptions et renseignements :

AIKIVISION, case postale 9, 1823 Glion,
078/663.00.49 www.aikivision.org

Infinite Inspiration, Avenue des Alpes 70,
1820 Montreux, 021/963.89.75
www.infiniteinspiration.ch