

Initiation à la Méditation tous les lundis de 18h à 19h

*Approche progressive d'Écoute et de Présence à Soi
dans ce qui est juste, d'équilibre et de centrage, de ressenti et d'ouverture
aux dimensions de l'Être : physique, psychique, énergétique, émotionnelle et spirituelle,
par les techniques élémentaires de respiration, de relaxation et de concentration.*



Cristal'In

Drève Richelle, 29 - 1410 Waterloo

Patricia Nagant 0477697171

Prix: 10 €