

Méditation

sur inscriptions uniquement
auprès du professeur au **06 71 07 59 73**

les dimanches :

- 14 octobre 2018
- 25 novembre 2018
- 16 décembre 2018
- 27 janvier 2019
- 17 février 2019
- 24 mars 2019
- 14 avril 2019
- 26 mai 2019
- 23 juin 2020

Chaque dimanche, un thème sera proposé en lien avec un texte de référence sur le yoga. Après un échange, un temps sera consacré à la pratique d'un prânâyâma et suivi d'une méditation.



Tarifs :
20 € la séance

15 avenue de Verdun à Mitry-Mory

