



F.J.E.P Section Yoga
Ateliers ponctuels Yoga &
Méditation de Bienveillance

Nous explorerons cette années en détail tous les aspects de la méditation de Bienveillance.

Elle sera proposée et étudiée dans son contexte d'origine, et nous pourrons en approfondir toutes les étapes.

Cette pratique appliquée régulièrement et méthodiquement permet de développer des qualités de sagesse comme d'adoucir sa relation à soi, à l'autre, au monde, d'apaiser notre mental et notre coeur.

Samedi 19 Septembre &
Samedi 7 Novembre 2020
de 14h30 à 17h
avec Florence Vitry

Tarif : 20€ par Ateliers

Renseignements & inscriptions :
Association F.J.E.P
yoga.fjep@gmail.com 06.60.04.16.84