LES ATELIERS DE

Méditation Évolutive

NIVEAU 1 • LES FONDEMENTS DE LA PRATIQUE

DATE & HORAIRES
Samedi 6 février 2027 • 9 h – 13 h

LIEU
1, place du Planet • 84380 Mazan

PARTICIPATION
4 heures • 70 € par personne

PLACES
8 maximum • 6 minimum pour confirmer

Au programme

- Découverte des principes de base qui régissent l'énergie.
- Découverte de la méditation et des chakras.
- Découverte de l'être intérieur, du soi et de la source.
- Apprendre à sentir comment l'énergie travaille et répond à notre demande.
- Apprendre à se recharger en énergie vitale.
- Ouverture des chakras sur le plan éthérique.
- Apprendre à se libérer des blessures émotionnelles.

Informations pratiques

Une pratique accessible à chacun. Les exercices de méditation peuvent être pratiqués assis sur une chaise, allongé ou dans une posture traditionnelle de méditation, selon votre confort et votre sensibilité. Aucune position particulière n'est imposée.

Matériel. Un tapis et un coussin de méditation sont mis à votre disposition. Vous pouvez apporter les vôtres pour plus de confort. Privilégiez des vêtements amples.

Accueil. La salle ouvre 10 minutes avant le début de l'atelier. Merci d'arriver quelques minutes en avance : nous commencerons à l'heure.

Confirmation de l'atelier

Les inscriptions se clôturent le vendredi 29 janvier 2027 à 9 h.

L'atelier sera confirmé à partir de 6 participants. Après la clôture, vous recevrez une confirmation de sa tenue. Si ce minimum n'est pas atteint, vous pourrez choisir entre un remboursement intégral et le report de votre inscription sur un prochain atelier, avec votre accord.

Renaud Bovesse • 06 38 88 98 97 • renaud@bovesse.fr