



Nîmes

Mindfulness Based Stress Reduction

---

## **MEDITATION GRATUITE**

**8H - 8H45**

**LES MARDIS ET MERCREDI**

**COMMENCE LES 12 ET 13 JANVIER 2010**

**Pas de méditation pendant les fêtes scolaires**

**AU CENTRE DU YOGA IYENGAR**

**3 RUE HENRI REVOIL. NIMES**

**CES MEDITATIONS EN GROUPE SONT SILENCIEUSES**

**Si vous avez besoin d'être guidé ou avez peu d'expérience**

**VOUS AUREZ BESOIN DE SESSIONS INDIVIDUELLES PREALABLES**

**Tarif : 35 euros pour 1h30**

**Tel : 04 66 84 72 15**

**Email : [Asoulet@yahoo.com](mailto:Asoulet@yahoo.com)**