

L'ASSOCIATION PETITE ROCHE propose

MEDITATION ET YOGA

Séance d'initiation à la méditation

Samedi 14 décembre

de 10h30 à 12h

au Centre Associatif et Culturel

de Saint-Jacut de la mer



Première séance : adhésion à l'association : 8 euros

Séances suivantes 5 euros par séance

PLACES LIMITEES : merci de confirmer votre présence

par téléphone : 06 61 54 89 15 ou 06 72 71 68 09

Prévoir un tapis et un coussin ou un petit banc de méditation.

Tenue souple conseillée