



MÉDITATION

STAGE DE RÉGÉNÉRATION

17 / 18 / 19 Avril 2021

Formulaire à renvoyer à l'adresse:

Sylvain Mira Centre NIJI - 624 chemin des moulins - 32600 Pujaudran

Nom Prénom: _____

Profession: _____

Adresse: _____

@Mail: _____

Tél: _____

Lieu du stage : Centre NIJI avenue de toulouse 32600 Pujaudran

Tél :0606452943

Mail: centre.niji@yahoo.com

Durée du Stage: 3 jours

Développement de la Méditation, retraite de pratique spirituelle.

Objectif: Développer le calme et la force intérieure par la pratique, lutter contre le stress et le burn out, retrouver l'équilibre interne.

Programme: Stage sur trois jours. Thème 1er jour: Purification Thème 2ème jour: transformation Thème 3ème jour : Rayonnement

Enseignement: travail centré sur la gestion mentale, émotionnelle et l'état de présence.

Pratiques alternées: préparation corporelle - calme mental - Méditastuces - méditation marchée - techniques de conscience - assise sans forme - méditation Energétique.

Condition d'admission et public: Ouvert à tous, même sans expérience de la Méditation.

TARIFS: 180e (collations incluses) 60e d'arrhes + 120e au début du stage.

Inscription: Votre inscription est validée à la réception de ce dossier avec des arrhes de 60e par chèque à l'ordre de Mira formation

Adresse d'envoi: Sylvain Mira 624 chemin des moulins 32600 Pujaudran

En période de covid l'hébergement n'est pas proposé. Chacun amène son repas de midi, vous avez un micro-ondes à disposition.

Vous connaître:

Avez vous une expérience des retraites de Méditation ?

Objectifs personnels à la participation du stage:

Régime particulier ou intolérances alimentaires:

Merci de nous informer de tout problème de santé.

Par la présente, J'atteste avoir une condition physique et psychologique adéquate pour participer aux activités de ces ateliers. J'atteste avoir pris connaissance accepté et paraphé les conditions générales de participation

Fait à _____ Le _____

Signature: