

Médit' en ville



« Méditer en plein air pendant l'été, à Genève »

Séances guidées de 45' - Participation libre - Sans inscription

Île Rousseau Le mardi, 7h15 à 8h	3, 10, 31 juillet, 7, 21, 28 août 2018
Barrage du Seujet Le mercredi, 19h30 à 20h15	4, 11, 18 juillet, 8, 22, 29 août 2018

Erwan Tréguer est instructeur de méditation de pleine conscience (Mindfulness), et vous propose de découvrir ou d'entretenir votre pratique, en groupe et dans un cadre agréable, pendant l'été.

Renseignements: www.sophrologie-meditation.ch