

La pleine conscience

Retraite de yoga et méditation sur le thème de l'éco- spiritualité

Du 23 au 28 février 2026

Cette retraite contribue à l'alchimie de notre être profond et peut changer le destin de vie que nous voulons accomplir sur cette terre. Les journées se tissent au rythme de pratiques assises et en marchant, ponctuées de séances d'étirement et relaxation. Des causeries sur les divers aspects de la pratique ainsi qu'un encadrement de suivi personnalisé vous sera proposé de manière à tirer tout le parti possible de la retraite.

Retraite de yoga et méditation sur le thème de l'éco- spiritualité

**23 au 28 février
2026**

Vous pouvez aussi venir
la seule journée du 24/2
100€ (2 repas compris)

Tarif :

enseignement: 300 €

<http://meditation-nimes.com>

Repas végétariens bio: 160 €

Hébergement en chambres:

contacter Maison Quaker

30111 Congénies, France

Phone +33 (0)4 66 71 46 41

<http://www.maison-quaker-congenies.org/>

Arrivée le 23/2 de 16h à 18h

Pour plus de renseignements

Tel : 04 66 84 72 15

<http://www.meditation-nimes.com>

annesoulet@gmail.com