



# MOI, MON CORPS ET MON ESPRIT

UN TEMPS POUR  
SE RELIER A SOI

UNE MATINEE  
CONSACREE AU YOGA  
ET A LA MEDITATION MINDFULNESS

- Dimanche 27 octobre 2019  
De 9h30 à 12h00
- Dimanche 24 novembre 2019  
De 9h30 à 12h00

**Ouvert à tous**

Amener tapis de yoga et coussin

Tarif CHF 60.- TWINT ou sur place

Renseignements et inscriptions :

Corine Roh

[mbsr@espace-emergence.ch](mailto:mbsr@espace-emergence.ch)

079 280 90 91

Renseignements et inscriptions :

Lydia Lucas Rey

[lucaslydia@bluewin.ch](mailto:lucaslydia@bluewin.ch)

079 422 14 87 [www.llyoga.net](http://www.llyoga.net)