



Par qui ?

Hélène Hagège

Professeure à l'université

- expertise scientifique
- expérience > 20 ans



Marre du petit vélo dans votre tête qui vous tracasse ?

Pour qui ? Adultes débutants ou non, chacun à son rythme

Pour quoi ? S'aligner avec ses valeurs, réguler son attention et ses émotions pour un bonheur durable

COURS DE MÉDITATION LAÏQUE

à finalité éthique



**À LIMOGES
LES LUNDIS
12H15-
13H30**

Organisation :

- progression et accompagnement ✓
- d'octobre à juin (hors vac. scol.)
- cours hebdomadaires d'1h15 ✓
- cours d'essai le 7 oct. (10€) ✓
- inscription à l'année (325€) ✓

Nombre de places limité !

Infos pratiques

hhagege.unilim@gmail.com @

06 95 85 79 11 ☎

https://www.mber.fr ❤

209 bvd Vanteaux à Limoges 📍

les lundis de 12h15 à 13h30 🕒

POUR EN SAVOIR PLUS

