

La pratique du lundi et du dimancheDAO-YIN....

À peu près un dimanche par mois et 3 lundis...ce n'est pas très régulier !

Serge nous propose une pratique corporelle de Dao Yin, exercices issus de la tradition chinoise agissant sur les méridiens

- Les lundis, de 18h30 à 20h,
- Les dimanches, de 7h30 à 8h méditation,
8h à 9h Kapalabhati, respiration de tradition indienne,
9h à 10h petit déjeuner
10h à 12h Dao Yin
12h30 partage d'un pique-nique improvisé par chacun

Chaque proposition peut être prise séparément et librement...même si une certaine progression semble judicieuse !

JANVIER : lundi 6 ; Lundi 13 ; lundi 20 ; dimanche 26

FÉVRIER :lundi 17 ; dimanche 23

MARS : lundi 2 ; lundi 9 ; lundi 16 ; lundi 23 ; lundi 30

AVRIL : dimanche 5 ;lundi 20 ; lundi 27

MAI : lundi 4 ; dimanche 10 ; lundi 18 ; lundi 25

JUIN :lundi 15 ; lundi 22 ; dimanche 28

Les rencontres de ces dimanches et lundis "hors du contexte commercial" sont des moments de partage et la participation financière est libre.

Une fenêtre sur le "délibéralisme" pour sortir de l'impasse de nos crises économiques respectives !

Nous tentons de rester fidèles à ce chemin que nous empruntons depuis de nombreuses années, un chemin d'expériences à partager librement.