LES STAGES.

Les stages sont programmés selon une fréquence de 2 à 3 entre mi-mars et fin juin.

*(Consulter le site dans la rubrique événements).*

* Pour les stages de méditation pleine conscience, ils sont de préférence réservés aux personnes ayant suivi le cycle initial (CMPC).
* Concernant les stages « ouverts », où l'on pratique, du yoga pleine conscience, et une approche du yoga nidra et de la méditation, ils sont, a priori, ouverts à tous.