

# Ballade méditative et Mandala à la plage

**D** mer 21 octobre 13h30/15h30  
**A** ven 30 octobre 10h/12h  
**T** dim 8 novembre 14h/16h  
**E** dim 15 novembre 10h/12h  
**S**

## *Beach Art*

TARIF/ 20€  
Les 2 heures

Entrer en contact avec un mandala, c'est en quelque sorte entrer en contact avec soi-même  
Nous vous proposons un voyage intérieur unique  
Une marche méditative (ancrage, respiration, relâchement, intention ) pour préparer la rencontre  
et pouvoir oser l'inconnu, le nouveau, vous étonnez vous même tout simplement  
Laurence (Au fil des Mandalas)et Françoise (Sur le chemin du Bien Etre)  
nous vous y accompagnerons .

*Plage de Kerambigorn*  
*29170 Fouesnant*

Sur inscription :  
F.Vion : 06 72 96 30 53  
Laurence : 06 62 03 96 26  
Groupe de 7 pers mini et 15 max