

# **L'ATELIER DU LOTUS VOUS PROPOSE**

## **UN STAGE « VIVRE L'INSTANT PRESENT »**



**Du 10 au 14 avril 2019**

**Pratiques posturales  
et méditatives**

**Avec SEMPA**

Enseignant de méditation

**et Alain JOLY**

Enseignant de Hatha-Yoga

**A La Bastide 83840**

(Logis du Pin)

Nous cherchons tous le bonheur mais souvent le cherchons à l'extérieur. Nous vivons ainsi le plus souvent en ressassant un passé qui ne peut plus être changé ou projetés dans un futur encore inexistant, négligeant la véritable source du bonheur : vivre intensément chaque instant. C'est ce que nous approcherons durant ce stage.

Lieu du stage : Le Lachens – 130 Chemin des Bailes 83840 La BASTIDE

Début le 10/04 après le déjeuner (inclus) – Fin le 14/04 après le déjeuner (inclus)

**Renseignements et réservations :**

Atelier du Lotus : **06 61 92 29 80**

**[www.atelier-du-lotus.com](http://www.atelier-du-lotus.com)**

**[contact@atelier-du-lotus.com](mailto:contact@atelier-du-lotus.com)**