

# Séminaire de méditation 2009 à Blatten (Naters) VS

## Samedi & dimanche 10 et 11 octobre 2009



Retrouver la paix intérieure, se libérer du mental

Maximum 7 personnes

Programme du séminaire :

Arrivée à Blatten Naters le samedi au matin : à 10 H.

Compter 2h30 De route de Lausanne, environ

Réception et installation dans un petit chalet tout simple, les lits sont rustiques !

Repas de midi

14h. apprendre à méditer à l'intérieur de soi. Puis petite promenade dans le village.

Repas du soir, discussions et repos.

Dimanche :

Petit déjeuner

Puis départ pour la petite vallée du Blintall, marche de 2 heures en méditation.

Pique nique en route

retour vers 15h30

Prendre avec soi :

Un sac de couchage, de bonnes chaussures, un pique nique simple pour le dimanche.

**Prix** : 220 Frs repas, boissons compris, dimanche midi : pique-nique par vos soins

Proposé et animé par Jean-Jacques Pilloud

le Rêve des étoiles 1694 Villargiroud

026 653 02 68 / 079 677 18 26

Web : [www.jjpthérapie.com](http://www.jjpthérapie.com)

**Route : allez jusqu'à Brig, Naters, puis suivre Blatten, compter 2 h. 30 de lausanne**

Je vous attend sur le parking du village de Blatten à 10 Heures

en cas de problèmes tél. au 079 677 18 26

---

## Inscription et conditions

Je m'inscris pour le séminaire de méditation du Samedi & dimanche 10 et 11 octobre 2009

Je verse 100 Frs d'avance sur CCP 17-380559-9 Pilloud Jean-Jacques 1694 Villargiroud

(L'acompte et non remboursable lors d'un désistement)

Nom :

Prénom :

Adresse :

No Postal, Ville :

Votre signature :

à renvoyer par courrier postal, avec la preuve de votre acompte (photocopie récépissé) à :

Pilloud Jean-Jacques , au Pâquier 127 1694 Villargiroud

A bientôt !