

**Enseignement et Pratique  
de la Méditation  
avec Laurence, Marie Noelle  
et Géraldine**

**Période:**

2 Vendredi / mois de 15h00 à 16h30

( Hors vacances scolaires )

**Intervenant:** Laurence, Marie

Noelle et Géraldine

(Élèves de Pierre Bourges depuis  
plusieurs années)

**Dates des Ateliers à retenir de  
septembre 2021 à juin 2022**

24/09 G

1/10 G 8/10 L 15/10 G 22/10 G

19/11 G 26/11 MN

3/12 L 10/12 MN 17/12 G

14/01 G 21/01 MN 28/01 L

4/02 MN 10/02 G

4/03 G 11/03 G 18/03 G 25/03 MN

1/04 L 8/04 MN 15/04 G

6/05 G 13/05 G 20/05 MN

3/06 L 10/06 MN 17/06 G 24/06 G

**G : Géraldine MN : Marie Noelle**

**L : Laurence**

**Enseignement et Pratique  
Yoga/Méditation  
avec Géraldine**

**Période:**

2 Vendredi / mois

de 15h00 à 16h30

( Hors Vacances scolaires intercalés avec les  
enseignements et pratique ci contre)

**Intervenant:** Géraldine

**Contenu:**

Enseignement et pratique méditative  
associés à une pratique de Yoga pour la  
souplesse du corps et la respiration  
(pranayama).

\*\*\*\*\*

Inscription à l'année de Septembre

2021 à Juin 2022

pour le vendredi : 160€

(payable en 3 fois.)

**Au Garden Blues**

**23 - 25 Rue de Pouzioux**

**86000 Poitiers Biard**

Contact: Géraldine BONNIN

**06 11 37 53 81**

**[gbonnin1@outlook.fr](mailto:gbonnin1@outlook.fr)**

**[www.garden-blues.com](http://www.garden-blues.com)**



**Garden Blues**  
POITIERS

**ECOLE DE MEDITATION DU  
GOMME DE POITIERS**

Avec Pierre BOURGES, Laurence, Marie  
Noelle, Anne et Géraldine

**Au Garden Blues**

**Actualités 2021/2022**

**SEPTEMBRE 2021  
A JUIN 2022**



*Installer le Calme  
mental pour vivre*

*son quotidien autrement!*

