

Bulletin d'inscription

TARIF ADULTE entrée **8 € + 4 €** par méditation adulte

TARIF BÉNÉVOLE ⁽¹⁾ entrée gratuite + **4 €** par méditation adulte

TARIF ENFANT entrée **4 € + 2 €** par méditation enfant

Je m'inscris aux méditations suivantes ⁽²⁾ : (cochez au plus 3 cases par journée)

Samedi 16 Mars MS1 MS2 MS3 MS4 MS5 MS6 MS7 MS8 JS1 JS2

Dimanche 17 Mars MD1 MD2 MD3 MD4 MD5 MD6 MD7 MD8 JD1 JD2

(1) Le tarif BÉNÉVOLE est réservé aux personnes qui s'engagent à participer à l'équipe organisatrice durant un minimum de trois heures pendant le week-end. Ce tarif ne peut être choisi qu'en ligne. Si il vous concerne, merci de vous connecter au site de MéditaRennes pour voir s'il reste ou non des places à pourvoir. Dans la négative, merci de choisir une entrée payante.

(2) Il vous est demandé de ne pas vous inscrire à plus de trois méditations par jour. Si le jour même il reste des places dans certains créneaux, il y aura possibilité de participer à des méditations supplémentaires durant ces créneaux.

- Je participerai à la Cérémonie d'ouverture le **Vendredi 15 mars de 18h15 à 19h15**.
- Je participerai à la Conférence gratuite de Swami Veetamohananda de **19h30 à 20h30**.
- Je réserve 1 déjeuner végétarien bio par jour **16 mars** **17 mars** au tarif de **10 €** (plat + dessert) à régler sur place à **La Gamelle**.

Zafus et coussins de méditation fournis.

N'apportez votre propre matériel que si vous ne pouvez pas utiliser les coussins standards.

Coupon-réponse | remplir obligatoirement un coupon pour chaque participant adulte et/ou enfant

Il est fortement conseillé de réserver vos places en ligne pour savoir s'il reste de la place dans le(s) créneau(x) de votre choix. Si vous renvoyez ce coupon par la poste et que la(les) méditation(s) choisie(s) sont déjà complètes à réception de votre courrier, nous vous recontacterons pour vous proposer de vous reporter sur un autre créneau. Pour cela, merci de bien indiquer votre téléphone et votre mail.

par **internet** www.meditareennes.org
Règlement en ligne par carte bancaire.

par **courrier** Marie-Laure DUGOU
14 rue du Docteur Yves Louvigné - 35000 Rennes
Accompagner ce coupon d'un chèque à l'ordre de MEDITARENNES, non remboursable.

Nom du participant _____
Prénom du participant _____
Âge du participant (si enfant) _____
Adresse _____
Tél. (du parent si enfant) _____
Mail (du parent si enfant) _____

- Je règle une entrée adulte à **8€** Je règle une entrée enfant à **4€**
- Je règle méditation(s) adulte à **4€**, soit €
- Je règle méditation(s) enfant à **2€**, soit €

Total (Entrée + Méditations) réglé ce jour ⁽³⁾ : €
(chèque joint à ce bulletin libellé à l'ordre de MéditaRennes)

(3) Seuls les coupons-réponses assortis du chèque correspondant aux choix retenus seront validés.

Vendredi
15 mars

Grande Salle

18h15 Cérémonie d'ouverture

19h30 Conférence : "La dimension cosmique de la méditation"
(par Swâmi Veetamohananda)

Samedi
16 mars

Grande Salle Ateliers | 60 à 90 mn | pages 3 à 7

8h00 • MS1 Éveil corporel : Qi Gong

9h30 • MS2 Méditation de Pleine Conscience laïque (Jon Kabat-Zinn)

11h00 • MS3 Méditation Cosmo-centrique

12h30 • MS4 Méditation sur les 5 Mémoires (approche laïque)

14h00 • MS5 Méditation Cosmo-centrique

15h30 • MS6 Méditation chrétienne, rencontrer son Seigneur

17h00 • MS7 Méditation de Pleine Conscience laïque (Jon Kabat-Zinn)

18h30 • MS8 Méditation calme mental (Bouddhisme Tibétain Kagyupa)

Petite Salle Ateliers Jeunesse | 60 mn | page 8

11h15 • JS1 Méditation de Pleine conscience pour enfants (8-11 ans)

15h45 • JS2 Méditation Pleine Conscience en famille (parents/enfants)

Dimanche
17 mars

Grande Salle Ateliers | 60 à 90 mn | pages 3 à 7

8h00 • MD1 Éveil corporel : Hatha Yoga

9h30 • MD2 Méditation de Pleine Conscience (Thich Nhat Hanh)

11h00 • MD3 Méditation Védantique : "De la forme au sans-forme"

12h30 • MD4 Shambhala : créer une société éveillée

14h00 • MD5 Méditation de Pleine Conscience
et vibrations sonores "Conscience & Résonance"

15h30 • MD6 Méditation Yogique (Swami Veda Bharati)

17h00 • MD7 Zazen, cœur de la pratique du Zen Sôtô

18h30 • MD8 Le Soufisme : une voie d'amour et de connaissance

Petite Salle Ateliers Jeunesse | 60 mn | page 8

11h15 • JD1 Méditation de Pleine Conscience (9 à 13 ans)

15h45 • JD2 Méditation pour enfants (5 à 11 ans)