



# MBSR montpellier

---

## Réduction du Stress par la Méditation

### Planning Session Eté 2019

- le mardi de 14h00 à 16h30

La première et la dernière réunions sont plus longues, **3h00**.

Séance 1 :	mardi 14 mai	de <b>14h00/17h00</b>
Séance 2 :	mardi 21 mai	de 14h00/16h30
Séance 3 :	mardi 28 mai	de 14h00/16h30
Séance 4 :	mardi 04 juin	de 14h00/16h30
Séance 5 :	mardi 11 juin	de 14h00/16h30
Séance 6 :	mardi 18 juin	de 14h00/16h30
Séance 7 :	mardi 25 juin	de 14h00/16h30
Séance 8 :	mardi 2 juillet	de 14h00/17h00

Journée de pleine conscience samedi 22 juin.