



# MÉDITATION

UN INSTANT POUR SOI

# DO IN

*Fh Shiatsu*  
SPÉCIALISTE EN SHIATSU  
*Frédérique Huez*

## INSCRIPTIONS :

☎ 07 72 27 37 43

@ ffhshiatsu@gmail.com

🌐 www.fhshiatsu.fr

**10 EUROS**  
la séance



*SEANCES DE DO IN*  
*Tous les 15 Jours*  
*le lundi de 10h30 à 11h30*  
*Salle 3 de l'Oasis - Rue du Puy Chabot*  
*Le Poiré sur Vie*

Le 18 octobre 2021  
Le 8 novembre 2021  
Le 22 novembre 2021  
Le 6 décembre 2021

*SEANCES DE MEDITATION*  
*Tous les jeudis*  
*18h30 à 19h30*  
*18 Boulevard des 2 moulins*  
*Le Poiré sur Vie*

*SEANCES DE MEDITATION*  
*de 8h45 à 9h45*  
*Et DO IN de 10h00 à 11 h*  
*1 fois par mois le samedi (5 personnes*  
*mini)*  
*18 Boulevard des 2 moulins*

RESPECT DES MESURES SANITAIRES : Apporter votre tapis, coussin, couverture, ...  
Masque obligatoire pendant vos déplacements