

# Nourrir son Esprit et son Corps En Conscience et en Joie

A LYON : STAGE WEEK-END 30/31 MARS 2019



S'alimenter, c'est nourrir son Corps ; Méditer, c'est nourrir son Esprit ; Stéphane Ayrault et Matthieu Dommange ont décidé d'unir leur savoir-faire et leur savoir-être afin de vous offrir une expérience unique ! Venez vous laisser surprendre par ce week-end riche en saveurs et découvertes...

STAGE + Repas : Tarif : 230€ /sam et dim : 9h30/17h30

Restaurant Soline - 89, rue Paul Bert, Lyon 3<sup>e</sup>

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS :

au 04.78.60.40.43

ou sur [www.stephaneayrault.com/evenements](http://www.stephaneayrault.com/evenements)