

BULLETIN D'INSCRIPTION

Premier cycle MBSR - Groupe de méditation pour débutants

Découvrir la méditation de pleine conscience par l'expérience directe.

Vos coordonnées

Nom et prénom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____ E-mail : _____

Les huit rencontres

1. Jeudi 1er octobre 2026	5. Jeudi 28 janvier 2027
2. Jeudi 15 octobre 2026	6. Jeudi 18 février 2027
3. Jeudi 26 novembre 2026	7. Jeudi 25 mars 2027
4. Jeudi 17 décembre 2026	8. Jeudi 15 avril 2027

Un jeudi par mois, de 19 h 15 à 21 h 15 - à Rennes - hors vacances scolaires

Le programme comprend huit séances, une journée de pratique, un guide, le matériel pédagogique et les enregistrements des méditations.

Inscription et règlement

☐ Je confirme mon inscription au Premier cycle MBSR 2026-2027.

☐ Tarif du programme : **450 €**.

☐ Je souhaite régler en une fois par virement bancaire.

☐ Je souhaite régler en plusieurs échéances et conviendrai des modalités avec Sylvie.

Pour réserver ma place, je verse un acompte de 100 €. Le solde sera réglé au plus tard lors de la première rencontre, sauf accord pour un paiement échelonné.

Toute inscription au programme complet est un engagement. En cas d'arrêt en cours de cycle, les sommes versées ne pourront pas être remboursées.

Fait à : _____ Le : _____

Signature précédée de la mention « Lu et approuvé » :

Bulletin à retourner à Sylvie Greffin

Sylvie GREFFIN - Méditation en pleine conscience - mbsr-bretagne.fr