



Newsletter septembre 2020

Bonjour,

Voici venu le temps de la rentrée et de la reprise de certaines activités, de nouveaux projets...

J'espère que vous allez tous bien et que vous utilisez les pratiques que nous partageons régulièrement ensemble pour vivre le mieux possible cette période qui nous bouscule parfois et qui nous montre à quel point les choses sont impermanentes.

La pratique en ligne a été et est toujours un merveilleux soutien pour moi et je remercie de tout coeur toutes les personnes qui y participent pour leur présence, durant ces six mois de pratique continue. C'est vraiment précieux.

Les cours de méditation au Centre Komyo reprennent le lundi 7 septembre avec un petit changement en lien avec les adaptations dues au COVID.

Le cours de méditation et de yoga tibétain de 19h00 à 20h00 est prolongé d'une demi heure donc il se donnera de 19h00 à 20h30 et le prix du cours passe à 10 euros.

Il n'y aura pas ensuite de méditation zen pour l'instant. Elle est remplacée par la pratique en ligne trois jours semaine qui est gratuite.

En plus des activités au Centre komyo, je suis invité à enseigner dans une école de formation pour professeurs de yoga et je proposerai des journées de pratique régulièrement au Centre de Santé de l'ancienne gare de Gastuche.

Un nouveau cycle de pleine conscience en ligne de cinq sessions "parents-enfants" commence fin septembre et il est gratuit.

Je reprend également mon cours d'harmonisation corps esprit à l'école de formation professionnelle Way to Stage:
<http://waytostage.com/>

Le cours de méditation au centre pour personnes dépendantes de drogues Phénix est pour l'instant en pause et reprendra dès que les conditions de la crise sanitaire le permettront.

Les activités habituelles continuent : journées à l'asbl Les Voies de l'Orient (<https://voiesorient.be/>), cuisine grecque et méditation en ligne, formations de Reiki...

Je vous souhaite plein de bonne choses et à très bientôt.

Nicolas



LE ZEN DE ZORBA
Atelier cuisine grecque et méditation en ligne
Le 12 septembre de 10h00 à 13h00

Vu le succès et le très bon moment de la matinée précédente voici un nouvel atelier cuisine et méditation. Nous allons apprendre à cuisiner un plat qui s'appelle "spanakotiropita" ;-) (pâte feuilletée, épinards et feta) et également un dessert : le baklava.
Un grand moment en perspective...
Prix 25 euros

Inscriptions

Komyo Reiki Do

靈氣

Formation Reiki niveau I : Shoden

Le 27 septembre et le 29 novembre 2020

Centre Komyo
Nicolas Gounaropoulos
Profondeville
081/22-10-18

<http://komyoreikido.one>



FORMATION REKI NIVEAU 1:
Le 27 septembre et le 29 novembre de 10h00 à 17h00

Un nouveau cycle de formation au Komyo Reiki Do commence en septembre. Le prix est de 200 euros

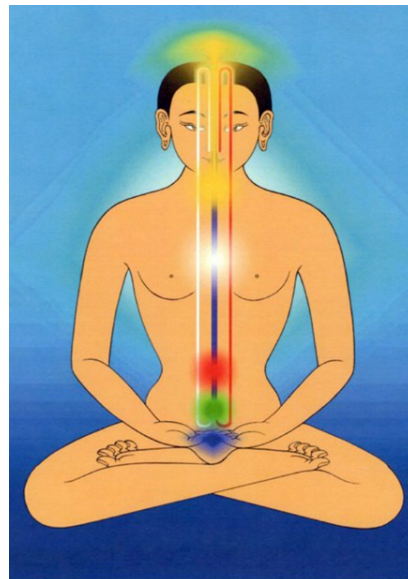
Toutes les informations sur le contenu sont sur le site: <https://komyoreikido.one/>
N'hésitez pas à me contacter si vous avez des questions.

Inscriptions

MÉDITATION ET YOGA TIBÉTAÏN DU CORPS
DE LA PAROLE ET DE L'ESPRIT
avec
Nicolas Gounaropoulos



Le 11 octobre 2020 de 10h00 à 17h00
Au Centre de Santé de l'ancienne gare de Gastuche
Prix : 70 Euros
Inscription : 0471/540769
<https://komyo.info/>



**MEDITATION ET YOGA
TIBETAIN** du corps de la
parole et de l'esprit
Le 11 octobre de 10h00 à
17h00 à Gastuche au Centre
de Santé de l'ancienne Gare
de Gastuche

L'approche des Trois Portes
offre une méthode complète et
totalement adaptée à notre
époque.

Elle est issue de la tradition Bön
du Tibet.

Cette journée sera plus
particulièrement basée sur le
refuge intérieur.

Inscriptions



**APPRENDRE A MEDITER
EN LIGNE** pour parents et
enfants

Le 28 septembre, le 10 et
le 17 octobre de 10h00 à
11h00 et le 31 octobre de
10h00 à 12h00 sur Zoom

Informations détaillées:
<https://komyo.info/formations-2/pleine-conscience.html>
Prix : gratuit

Inscriptions

**MEDITATION ET YOGA
TIBETAIN** du corps de la
parole et de l'esprit
Le 24 octobre à Bruxelles à
l'asbl Les Voies de l'Orient

L'approche des Trois Portes
offre une méthode complète et
totalement adaptée à notre
époque.

Elle est issue de la tradition Bön
du Tibet.

Cette journée est la suite des
journées régulières à l'asbl les
Voies de l'Orient

Prix 65 Euros

Inscriptions



**FORMATION D'ENSEIGNANT
EN REIKI : Shinpiden**
De octobre 2020 octobre
2021

Informations détaillées :
<https://komyoreikido.one/formation-d'enseignant.html>

Cet e-mail a été envoyé à {{ contact.EMAIL }}
Vous avez reçu cet email car vous vous êtes inscrit sur Centre Komyo.

[Se désinscrire](#)

