

# Journée zen le dimanche 12 mai 2019 à Bourg-des-Comptes



4 Mamans ont eu l'idée géniale d'organiser un dimanche zen où l'on pouvait participer à différents ateliers Qi Gong, Shiatsu, Sylvothérapie



En faveur de l'association 4 mamans 4 mamans joggeuses <http://4mamansdo.blogspot.com/> vont partir en octobre au Népal distribuer les fournitures scolaires à différentes écoles. C'est en courant qu'elles vont parcourir le chemin entre deux écoles.



Et c'est sous un très beau soleil que la journée s'est déroulée pour la plus grande joie de chaque participant.



Certains avaient même du mal à quitter cette ambiance zen !

Merci Céline pour cette belle journée