

FORMATION NORMANDIE année 2025/2026
Les états modifiés et/ou altérés de la conscience

Samedi 14 Mars 2026

	8h30 – 10h00	Conférence : Ramana Maharshi et Ma Anandamoy	Annick
	10h00 – 10h20	Pause	
	10h20 – 11h40	Pratique selon Mahesh	Cadres de l'antenne
	11h40 – 12h20	Philosophies par groupe Vijñānabhairavatantra Yoga sutra Viveka-cūḍā-mani	Serge Marie-Hélène Annick
	12h30 – 13h30	Repas	
	13h30 – 14h20	Préparation des « Mémoires » pour les 4 ^{ème} années Parole libre des élèves (retour sur le Tronc Commun)	Serge (José) Lise Stéphanie Hanuman (Didier)
	14h30 – 17h30	La physiologique cardio-vasculaire dans les asana dont une séance adaptée à l'anatomie physiologie – pédagogie posturale – 2 ^{ème} partie	Dr. Lise
	17h30 – 18h00	Pause	
	18h00 – 18h30	Méditation guidée	Serge