



CENTRE CULTUREL
BOUDDHIQUE
DE RENNES

31

DÉCEMBRE
MERCREDI —
8H > MINUIT



meditation vipassanā *journée & soirée*



PROPOSÉ PAR LE
COMITÉ BOUDDHIQUE
RENNAIS

SAISON 2025/2026

www.ccbrennes.fr

07 81 00 81 22 | ccbrennes@gmail.com
2 rue des Veyettes - 35200 Rennes
Quartier Z.I. Sud-Est | Bus : ligne 11, arrêt Pré-Garel

Entré libre et gratuite

Ouvert à toutes et à tous de 8h à minuit

ÉVÉNEMENT / OUVERT À TOUS

JOURNÉE ET SOIRÉE DE MÉDITATION VIPASSANĀ

31 DÉCEMBRE 2025 de 8h à minuit

au Centre Culturel Bouddhique de Rennes
avec le **CBR** — Comité Bouddhique Rennais

Bienvenue à toute personne désirant pratiquer une méditation selon sa disponibilité.

PROGRAMME

- 08h00 | 09h00 Méditation
 - 09h10 | 10h10 Méditation
 - 10h20 | 11h20 Méditation
 - **11h30 | 14h00 Pause repas et noble bavardage**
 - 14h00 | 15h00 Méditation **pour les enfants aussi**
 - 15h15 | 16h15 Méditation
 - 16h30 | 17h30 Méditation
 - **17h30 | 19h00 Pause repas, collation et noble bavardage**
 - 19h00 | 20h00 Méditation
 - 20h15 | 21h15 Méditation
 - 21h30 | 22h30 Méditation
 - 22h45 | 00h00 Méditation
- **00h00 Fin de l'année 2025**

Pour le repas et la collation de fête, vous êtes libres d'apporter ce que vous avez l'habitude de consommer. La consommation de boissons alcoolisées est interdite au Centre Culturel Bouddhique de Rennes.

Un sac de couchage sera le bienvenu au cas où vous ressentiez le besoin de vous allonger à des moments de la journée, avant de méditer à nouveau.

Entrée libre et gratuite | Ouvert à toutes et tous de 8h à minuit.