

Feuille de réservation et d'inscription

Nom :
Prénom :
Date de naissance :
Adresse :
Tél :
Mail :

Merci de joindre à l'inscription les deux chèques suivants :

Adhésion à l'association « Clés d'Asie » <i>(A l'ordre de l'association Clés d'Asie)</i>	15 €
--	-------------

Les arrhes ne seront pas remboursées en cas d'annulation postérieure au 16 juin 2017.

Arrhes Réservation d'inscription <i>(A l'ordre de Marie-Christine MOUTAULT)</i>	60 €
---	-------------

Nombre de place limité à 12 personnes

Marie-Christine MOUTAULT

Formation en TAIJI QUAN

- ✓ Elève puis assistante de Claudy Jeanmougin de 1989 à 1995,
- ✓ Enseignante depuis 1996.
- ✓ Elève de Maître Wang Yen Nien, à Taïwan et lors des stages en France,
- ✓ Membre du Collège des Enseignants du Yangjia Michuan Taiji Quan.
- ✓ Diplômée de l'Institut de Formation aux Arts Martiaux Internes.

Formation en DAO YIN QIGONG

- ✓ Formée en Dao Yin Qigong auprès de Zhang Guangde, de Jean Marc Eyssalet et de Maître Liu Deming
- ✓ Enseignante depuis 2004
- ✓ Formation continue à l'Institut de Développement des Etudes en Energétique et Sinologie.

Formation en CALLIGRAPHIE

- ✓ Pratique depuis 2007 la Calligraphie Chinoise avec Keiji Horibeï

Professorat d'Education Physique et Sportive

D.E.S.S de Psychologie.

Pratiquer

Qigong et Calligraphie

Méditer Et ! Ecouter...

Du 13 au 18 juillet 2017



Organisé et encadré par
Marie-Christine MOUTAULT
Centre XIAN - La Haute Jeannière
49220 - Thorigné d'Anjou

Comment venir au Centre Xian ?

- De Paris,

Autoroute A11 quitter à Durtal en direction du Lion d'Angers, Segré ; aller jusqu'à Thorigné d'Anjou, prendre la D191, c'est à environ 3 kms sur la gauche, suivre les panneaux.

- D'Angers,

Prendre la N 162 direction Rennes, aller jusqu'au Lieu-dit « Grioul » après le Lion d'Angers, prendre direction la direction Grez Neuville puis Thorigné d'Anjou et suivre les panneaux...

ACCUEIL et CLÔTURE

- **A partir de 18h30 le jeudi 13 juillet**, au mardi 18 juillet 17h30

CONDITIONS

- 15 € d'adhésion à l'association Clés d'Asie (pour l'accès à la bibliothèque)
- 90 € par jour et par personne pour les activités, l'hébergement (très beau dortoir sous mansardes ou camping), la nourriture, l'accès à toutes les salles du Centre. Soit 450 € pour les 5 jours, **tout compris**.
- 110 € /jour/pers/dans mobil home. **Soit 550 €, tout compris**

PROGRAMME

Un temps unique,

En offrant des activités axées sur le centrage et s'adressant à tous les niveaux de l'être...

Nous vous proposons une semaine où vous aurez la possibilité de :

- **Eveiller le corps et pratiquer une respiration de nettoyage : les kapalabhati de 6h45 à 7h15**
- **Méditer de 7h15 à 7h45 et de 21h15 à 21h45**
- **Pratiquer des Techniques Energétiques Internes (Zi Ran Qigong), de 10h à 12h**
- **Lire - Etudier (plus de 900 livres à disposition bibliothèque par l'As. « Clés d'Asie »), pdt les temps libres**
- **Marcher (avec ou sans les ânes, sur les G.R alentours), les après midi**
- **Découvrir et pratiquer la Calligraphie Chinoise, de 17h45 à 18h30**
- **Retrouver et se laisser vivre le rapport à la terre (jardin, arrosage fleurs, nourriture des ânes), selon ...**
- **Vous reposer, « siester », vous poser...**

Vous participez à ce que vous voulez...

Aucune obligation, en dehors des tâches communes de partage en lien avec les repas

Nous contacter



Marie-Christine MOUTAULT

Centre Xian

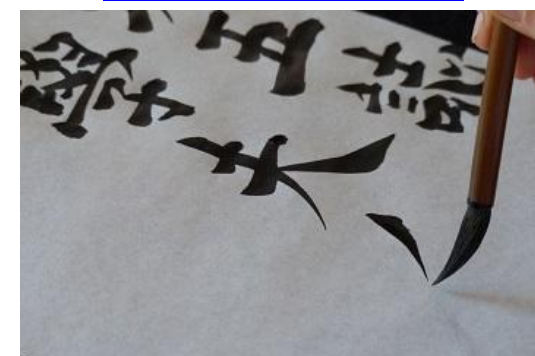
La Haute Jeannière

49220 - Thorigné d'Anjou

Tél : 02.41.60.24.01

www.centre-xian.fr

contact@centre-xian.fr



(Bulletin d'inscription au verso)