

Cet été, Faites du Qigong !

Mignaloux-Beauvoir
du 03 au 29 juillet 2017



LE CORPS CONSCIENT

Bruno BLAS

06.21.78.03.01.

contact@lecorpsconscient.com

www.lecorpsconscient.com -

www.corps-energie-conscience.com

RCS de Poitiers n° 499 762 326 - Code NAF 9604Z

✓ Cours de Qigong

- Qigong santé accessible aux débutants :

Lundi 03, 10, 17, 24 et Mercredi 05, 12, 19 et 26 juillet de 18h45 à 20h00

- Qigong santé – approfondissement (thème en fonction des participants) :

Jeudi 06, 13, 20 et 27 juillet de 18h45 à 20h00

Tarifs : 8 €/cours - 6 €/cours à partir du 3^{ème} cours.

✓ Après-midi Qigong, nature et méditation 14h30-18h30

Samedi 8, 22 et 29 juillet - Thème : pratique du Qigong et de la méditation, en privilégiant la pratique dans la nature en fonction de la météo (avec un peu de marche).

Niveau de pratique adapté aux participants - 35 € la séance – 55 € /couple

✓ Stage d'été « Qigong et méditation » - 14, 15 & 16 juillet à l'abbaye Sainte Croix (St Benoît)

Du vendredi 14 juillet à 13h30 au dimanche 16 juillet à 17h00

Ce stage est l'occasion de couper avec le quotidien de manière à prendre du recul, à retrouver de la sérénité loin du stress et des soucis personnels et professionnels.

Accordez-vous 2 jours et demi de pause, dans un cadre paisible et naturel, dédié à la retraite et à la méditation.

Venez découvrir et pratiquer des exercices de Qigong et de méditation que vous pourrez reproduire chez vous pour en bénéficier dans la durée.

Tarif : 200 € avec déjeuner du samedi et du dimanche inclus - Hébergement sur place possible