

Stage d'été Qigong & méditation

Bulletin d'inscription

Nom :

Prénom :

Adresse :

Courriel :

Tél. :

Je m'inscris au stage « Qigong & méditation » les 14, 15 & 16 juillet 2017

Je joins à cette inscription un chèque d'arrhes de 100 €, à l'ordre de « Le Corps Conscient ». J'ai bien noté que ce chèque ne me sera pas rendu en cas de désistement moins de 15 jours avant le stage.

Signature :

Le Corps Conscient

Bruno Blas

2194, route de la Gare
86550 Mignaloux-Beauvoir

Tél. : 06.21.78.03.01.

contact@lecorpsconscient.com
www.corps-energie-conscience.com

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

Lieu du stage

et coordonnées pour réserver votre hébergement

Abbaye Sainte Croix

La Cossonnière
86280 Saint Benoît

Tél. : 05.49.88.57.33.



LE CORPS CONSCIENT

Stage d'été Qigong & méditation

du vendredi 14 juillet (13h30)
au dimanche 16 juillet (17h00)



avec Bruno Blas

Professeur diplômé de la FEQGAE Union Pro Qi Gong
affilié à la Fédération Française de Karaté &
Disciplines Associées

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.

Programme indicatif :

- Zhi Neng Qi Gong 1 : Qigong de la sagesse
- Qigong de l'étirement des fascias
- Qigong de la marche des cercles
- Introduction à différentes méthodes de méditation dans la tradition du Qigong

Horaires :

Vendredi de 14h00 à 17h30

Samedi de 9h00 à 12h00 et 14h30 à 17h30

Dimanche de 9h00 à 12h00 et 14h30 à 17h00

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



Accueil sur place, le vendredi 14 juillet à partir de 13h30 – Début du stage à 14h00

Tarif : 200 € avec déjeuner du samedi et du dimanche inclus

Hébergement sur place possible : 28 €/ nuit avec repas du soir et petit déjeuner compris