

# 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