



*Dans un cadre poétique, niché au Sud de la Charente-Maritime,
à Sainte-Colombe, venez pratiquer, le*

Qi Gong du CŒUR

Des mouvements adaptés à tous et qui procurent un état de bien-être profond

Au programme :

- Automassages/ Qi Gong du bâton/ différentes approches de la Méditation/ Relaxation*
- Un atelier en piscine pour mieux ressentir la densité de l'air*
- Qi Gong et marche afghane en bord de mer (une demi-journée)*

La pratique se déroulera dans un site unique qui s'étend sur 5 hectares de terrain et de bois autour d'un étang.

Prix du stage : 150€/personne (hébergement et repas en sus)

Pour confirmer l'inscription et pour tout renseignement :

Maguy MICHEL - LA FONTAINE DES ENERGIES

05.46.49.52.68 / 06.76.03.51.50

lafontainedesenergies2007@gmail.com

La Cloiterie 17210 CHATENET

Fiche d'inscription au stage d'été

Qi Gong du Coeur

3,4,5 et 6 Août 2020

Inscription au stage - 3 journées et demie : 150€

Pensez à confirmer votre inscription en joignant un chèque de 50€

à l'ordre de : **La Fontaine des Energies**

Adresse : La Cloiterie 17210 CHATENET

Hébergement :

*vous pouvez dormir sur le site : il y a un grand dortoir avec 9 lits doubles (15€ la nuit, oreiller et couverture fournis), une toile de tente rigide aménagée avec deux chambres, deux cabanes dans les arbres, un pigeonnier pouvant accueillir 7 personnes.

Contact : Hélène Morin : 0967559876/ 0673315676

Mail : ilesauxcabanes@gmail.com - Site Internet : www.ileauxcabanes.com

Adresse : Terres de chez Broussard 17210 Sainte Colombe

Restauration :

Hélène et Charlotte nous concocteront de délicieux déjeuners avec des produits locaux ; prix du repas : 18€. Merci de mentionner lors de la confirmation d'inscription, le nombre de repas désiré pour le déjeuner. Pour les dîners, elles vous proposeront de vous préparer des pique-niques améliorés. Précisez si vous êtes végétariens. Ceux qui dormiront sur place auront un accès cuisine pour se préparer leurs petits déjeuners.

Et pour tout renseignement n'hésitez pas à me contacter :

Maguy Michel : 0676035150/ 0546495268