STAGE QI GONG

Week-end des 11 et 12 novembre 2017
à La Destrousse.

Avec Françoise OTTARI

Organisé par l'association « Du Paraître à l'Être »

QI GONG au fil des saisons

L'énergie du printemps

L'énergétique chinoise tient compte des saisons et met en avant pour chacune d'elles un couple d'organes et un type d'énergie spécifique.
Dans le cycle des 5 éléments, le printemps correspond au bois qui symbolise, au travers du yang naissant, la force de germination de la jeune pousse qui tend vers le ciel.
Le mouvement dynamique est l'extériorisation : notre corps, nos mouvements, nos actes et nos paroles exprimant alors notre façon d'incarner qui nous sommes.
La pratique sera axée autour du foie, de la vésicule biliaire, des tendons et des muscles.

*Ce stage est dispensé par **Françoise OTTARI**, professeur de QI GONG diplômée de la FEQGAE. Avant de voguer vers la Bretagne, elle a enseigné pendant de nombreuses années au sein de l'association "Du Paraître à l'Être" dont elle est la fondatrice.*

Le stage se déroule au Complexe Sportif

Chemin du grand Pré
13112 LA DESTROUSSE

(juste avant la clinique Korian Les Trois Tours)

Rendez-vous le Samedi 11 novembre à 9H30

A prévoir : *Zafu, tapis, serviette,...*
Une tenue confortable...
Pique-nique tiré du sac...
Votre mug (pour éviter la vaisselle jetable).

Horaires :
Samedi 11 novembre : de 10H à 12H30, 14H à 18H

Dimanche 12 novembre : de 9H30 à 12H30, 14H à 16H30

Possibilités HEBERGEMENT

- HÔTEL OCCITAN Résidence La Tuilerie, 13112 LA DESTROUSSE
  04 42 18 75 55 www.hotel-occitan-la-destrousse.fr

- CÔTÉ SUD HÔTELS 279 av de la Malvesine 13720 LA BOUILLADISSE

04 42 62 34 50 www.cotesud-hotelsresidences.fr

- HÔTEL LA FENIÈRE ADHÉRENT RN 96, 13720 LA BOUILLADISSE
  04 42 72 38 38 www.hotelfeniere.com

- *Chambres d'hôtes :*

➢ VILLA VICTORIA à Treyere 111 rte St Savournin, 13850 GREASQUE
04 42 69 90 21 www.villavictoria-provence.com

➢ LE MAS DES ALUDES 1320 Carreirade de Pierresca 13112 LA DESTROUSSE
04 42 72 23 26 contact@lemasdesaludes.fr

➢ *http//www.charme-traditions.com/fr/chambres-d-hotes/la-bouilladisse-13720-5006/1*

Informations : ***Muriel DUVAL*** *06.12.21.32.70*

ou : contact@duparaitrealetre.fr *site :* http://www.duparaitrealetre.fr/

Tarif :

- *Adhérent à l'Association « Du Paraître à l'Être » : 100€*
- *Non adhérent : 130 €*

Joindre à la fiche d'inscription dûment remplie, un chèque d'acompte de 40 € à l'ordre de l' « Association du Paraître à l'Être », et renvoyer le tout avant le samedi 28 octobre, à

Mme Nicole BILLAUX
747, Avenue de la Doulia
13112 LA DESTROUSSE

- *L'inscription ne sera définitive qu'à réception du chèque d'acompte*
- *La totalité du règlement se fera le 1er jour du stage (restitution du chèque d'acompte)*
- *Si vous n'êtes pas adhérent d'une association pratiquant le Qi Gong, nous faire parvenir une copie de votre responsabilité civile*

✂----------

FICHE D'INSCRIPTION

Nom :.....

Prénom : .....

Tél. fixe : ..... Tél. portable : .....

Mail (*Très lisible SVP)* : .....

Adresse postale : .....

.....

☐ : Je suis adhérent d'une association pour la pratique du Qi Gong.

☐ : Je vous fais parvenir une copie de ma responsabilité civile.

A : ..... signature :

Le : .....