



STAGE D'ÉTÉ DE QI GONG ET DE TAI CHI



Lundi 30 juin au Jeudi 3 Juillet
9 h 30 – 17 h à ETEL

Dans le cadre naturel de la Ria d'Étel,
participez à un stage ressourçant et vivifiant.

Ralentir, respirer et bouger en conscience.
Prendre soin de votre corps et de votre esprit.

Le stage est accessible à tous les niveaux.

Participation : 240 €

Équipement à prévoir : une tenue confortable de couleur neutre pour la pratique,
un pique-nique pour le repas du midi, du thé ou de l'eau,
des chaussures souples pour la pratique et des chaussures de marche.

Le point de rdv vous sera précisé une semaine avant le début du stage,
en fonction de la météo.

Pour vous inscrire, merci de rendre ce bulletin avant le 21 juin,
avec les arrhes (= 50% de la participation), soit en cours directement,
soit par la poste à l'adresse suivante :

Claire Le Bohec 63 bis rue des Champs 56 550 Belz



Bulletin d'inscription :



Nom :

Prénom :

Ville de résidence :

No de téléphone :

Adresse mail :

Motivations pour participer au stage :

Et si vous n'êtes pas adhérent à l'année, expériences de Tai Chi ou Qi Gong
auparavant :