

STAGE D'ÉTÉ

EN RÉSIDENTIEL

SE RESSOURCER

grâce aux pratiques corporelles

DU 14 AU 18 JUILLET 2021

A BOUGON (79) près de NIORT

<https://www.grandsgites.com/gite-79-les-dolmens-50.htm>



**TAÏJI QUAN et
autres pratiques
corporelles**

ADAPTÉ POUR TOUS MÊME LES DÉBUTANTS

avec Dominique Biraud

Enseignante en travail Corporel et Énergétique

birauddom@gmail.com

06 86 86 46 75



<http://taiji-quan-qi-gong-ceves.e-monsite.com/>

SE RESSOURCER

PRENDRE CONSCIENCE ET FAIRE L'EXPÉRIENCE QUE LES RESSOURCES SONT AVANT TOUT EN SOI

Plonger au centre de notre essence pour retrouver énergie, envie, enthousiasme, créativité, vitalité...

Voilà la proposition de ces 5 jours, dans un lieu magnifique où nous pourrons tour à tour pratiquer, en salle et en plein air. Au programme, Taijī Quan, Qi Gong, Méditation et Écoute Corporelle, autour de 4 thèmes:

- L'Ancrage
- L'Axe (vertical et horizontal)
- Le Centre
- L'Intention



L'accueil du stage se fera à midi le mercredi et se terminera à 16h le dimanche.

PRIX: 455€ (dont 260€ pour l'enseignement)
versement de 200€ d'arrhes pour valider l'inscription