STAGE CULTURE - NATURE - DETENTE	
A SAINT DENIS SUR COISE (42) salle du stade	

Programme stage d'été 2021

Programme stage d'été 2021
DU LUNDI 26 JUILLET AU SAMEDI 31 JUILLET 2021
Au travers de chaque activité, sera développé le thème de l'immunité

Programme stage d'été 2021
PROGRAMME A LA CARTE
Vous avez la possibilité de participer: à la 1/2 journée ou à la journée de votre choix, à plusieurs
journées ou à la totalité du stage
Inscrivez-vous par téléphone auprès de l'intervenant concerné. Paiement sur place
Participation dans le respect des règles sanitaires en cours

TOUS LES MATINS DE 9h30 à 11h30



Un moment de d	détente et de l	oien-être avec	la pratique d	e différents	Qi-Gong de	l'énergie de
la guérison					ä	afin d'activer

la circulation harmonieuse du Qi (l'énergie) pour renforcer la vitalité et l'immunité

SAMEDI 31 JUILLET

"YANG SHENG GONG"

Qi Gong pour nourrir la vie, cultiver la vitalité avec des exercices spécifiques accessibles à tous:

- Pour renforcer l'immunité
- Stimuler cerveau et mémoire
- Renforcer les 5 organes (reins,foie, coeur, rate, poumons)

Pour plus d'infos, cliquer ici

PRIX: 15€ la séance ou 75€ les 6 jours

Infos et inscription: Michel Granjon P: 07 70 18 35 10

PROGRAMME DES

APRES-MIDI

LUNDI 26 JUILLET 2021

DE 14H A 16H30

"LES CLES POUR ENTRETENIR VOTRE BIEN-ETRE ET VOTRE IMMUNITE"

Les clés pour cultiver son immunité et son bien-être, et les conserver Conseils et astuces naturelles pour une pleine santé

PRIX: 25 €

DE 17H A 19H

"LES PLANTES ET LES CHAMPIGNONS ALLIES DE NOTRE VOTRE SANTE ET DE VOTRE IMMUNITE"

Vous apprendrez à les reconnaître et à les utiliser. Recette d'une boisson maison pour augmenter vos défenses immunitaires

PRIX: 25 €

Infos et inscription: Véronique Fontvianne P: 07 86 42 44 59

Pour plus d'infos cliquer ici

------MARDI 27 JUILLET 2021

Α	14	Н	3	0
---	----	---	---	---

SONS ET CHAKRAS

Vous apprendrez à régénérer, équilibrer et harmoniser vos chakras avec le son

Pour plus d'infos, cliquer ici

PRIX: 25 €

Infos et inscription: Anne-Rose Clémençon P: 06 75 65 75 77

.....

MERCREDI 28 JUILLET 2021

DE 14H30 à 16H30

YOGA DU RIRE

Le yoga du rire est une simple série d'exercices qui procure un bien-être physique, mental et social.

Pour plus d'infos cliquer ici

PRIX: 20€

PUIS A 17H

DE 14H30 à 17H

" LE DETACHEMENT DES TRAUMATISME S "

Pour plus d'infos, cliquer ici
PRIX: 10€
Infos et inscription: Liliane POMEON 06 84 22 85 84
JEUDI 29 JUILLET 2021 DE 14H à 16 H
SOPHRO-BALADE + MEDITATION
Pour plus d'infos clique ici
PRIX: 20€
PUIS A 17H
"L'EQUILIBRE EMOTIONNEL GAGE D'UNE BONNE IMMUNITE"
Pour plus d'infos cliquer ici
PRIX : 10€
Infos et inscription: Anne-Marie Loison□ P: 06 52 63 23 76
VENDREDI 30 JUILLET 2021

STIMULER VOTRE SYSTEME IMMUNITAIRE PAR LA DIGIPUNCTURE,

L'AUTO-MASSAGE ET LA MEDITATION

Par Amar Fumel, praticien en Energétique Chinoise



Pour plus d'infos cliquer ici

PRIX: 25€

Infos inscription: Amar Funel tel: 06 70 00 41 58 Mail: amarfunel@gmail.com

Site web: amarfunel.com

SAMEDI 31 JUILLET 2021

DE 14H à 16H:

"LA DANSE DU MOUVEMENT DE LA VIE"

Dire un grand "Oui" à la vie en cultivant le pouvoir de l'accueil de l'instant présent ou comment "danser" votre vie connectée à LA SOURCE de tout ce qui est.

Pour plus d'infos

PRIX: 10€

Infos et inscription: Christiane Jouve, facilitatrice "Movement of live" P: 06 84 51 86 23

DE 17H A 19H30

"VOYAGE SONORE"

Au travers d'une méditation sonore où le corps et l'esprit vont s'apaiser, vous vivrez une expérience unique en étant touché par les sons et les vibrations (bols népalais,

tubalophone, tinsha, sensuela...etc)

PRIX :20€

Infos et inscriptions: Emmanuel Rochas Tel: 06 16 93 09 82