

PROGRAMME STAGE CULTURE - NATURE - DETENTE

A VALFLEURY (42)

DU LUNDI 22 AU SAMEDI 27 JUILLET 2019

A la salle des pèlerins, rue à droite de l'église de VALFLEURY

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. Paiement sur place

LES MATINS, de 9h30 à 11h30

DU LUNDI 22 AU VENDREDI 26 JUILLET

YANG SHENG - QI-GONG

- Exercices pour entretenir la vitalité
- Qi-Gong:
 - "Lou Yong Tao To Qi"
 - "Hui Chun Gong" (Qi Gong de rajeunissement des empereurs chinois)
 - Sons thérapeutiques

- Méditation ou marches du Qi Gong

Infos et inscription: Géraldine DESPIERRE 07 81 39 13 49

LES APRES-MIDI DU LUNDI 22 AU VENDREDI 26 JUILLET

- Lundi 22: SOPHRO-BALADE et MEDITATION

DE 14H à 16H PRIX 15€

Information et inscription: Anne- Marie LOISON 06 52 63 23 76

- Mardi 23: [LES HUILES ESSENTIELLES](#)

DE 14H30 à 18H PRIX 30€

- Comment bien les utiliser
- Exemples pratiques
- Livret

Information et inscription: Véronique PONTVIANNE 07 86 42 44 59

- Mercredi 24: YOGA DU RIRE

DE 14H30 à 16H30 PRIX: 15€

A 17H Conférence "Le détachement des traumatismes" PRIX: 10€

Information et inscription: Liliane POMEON 06 84 22 85 84

- Jeudi 25: DECOUVERTE ET PRATIQUE DU CHANT HARMONIQUE

DE 14H30 à 17H30 PRIX 25€

Information et inscription: Anne-Rose CLEMENCON 06 75 65 75 77

- Vendredi 26: [ATELIER DECOUVERTE MASSAGE DU VISAGE ET DU DOS](#)

DE 14H30 à 17H30 PRIX 25€

Information et inscription: Marie-Claire ROCHER 06 27 14 54 46

LE SAMEDI 27 JUILLET
LE MATIN DE 9H30 à 12H

CONFERENCE
LA RESONANCE DU COEUR
Et MEDITATION- SOIN DE GROUPE
PRIX 10€

La résonance du coeur: □ Comprendre l'importance pour vous de retrouver cet espace intérieur du coeur pour entrer en contact avec votre sagesse intérieure et ainsi pouvoir plus facilement réaliser votre raison d'être.

Au travers de cette conférence vous découvrirez:

- les différents niveaux de l'Etre
- comment retrouver et prendre sa responsabilité d'Etre
- comment pratiquer les 4 piliers du coeur, pour que votre coeur puisse naturellement exprimer et vibrer l'Amour
- comment entrer en Résonance avec ce vide intérieur du coeur qui contient le TOUT pour accéder à la Vérité absolue
- une Méditation active- soin de groupe avec "l'ouverture du Coeur"

Information et inscription: Dominique CHABOT 06 67 93 74 82
L'APRES-MIDI DE 14H30 à 17H30
ATELIER REFLEXOLOGIE
Atelier sur le même thème que la conférence
PRIX 20€

Vous apprendrez:

- comment vous centrer avec la réflexologie tout en favorisant la résonance du coeur
- comment ressentir intérieurement les bonnes réponses à vos questions existentielles

Vous vivrez un moment unique d'ouverture de conscience, de bien-être et de détente P révoyer un tapis et un coussin

Information et inscription: Dominique CHABOT 06 67 93 74 82
Plus d'infos sur www.domichab.com (page d'activité)
ou reflexolavie-formationfrance.com

