

STAGE de QI GONG



Intégrer le Qi Gong dans sa vie quotidienne

Samedi 13 et dimanche 14 juillet 2019
avec Gwénaëlle MAY

Pendant ces deux jours, vous apprendrez comment intégrer les mouvements de Qi Gong à votre vie quotidienne. Nous verrons ensemble des mouvements : à pratiquer le matin au réveil pour démarrer une journée pleine de vitalité, le soir pour favoriser l'endormissement, pour nous aider à stimuler notre digestion, pour renforcer notre corps et lutter contre les virus et maladies, pour renforcer notre vue, pour nous aider à évacuer et lutter contre le stress, etc ...

Nous étudierons comment l'on peut intégrer le Qi Gong dans notre vie quotidienne pour nous aider à mieux vivre et en meilleure santé.

A la fin de ce stage de 2 jours, vous repartirez avec un livret explicatif récapitulant tout ce qui a été vu, et bien d'autres choses encore pour vous aider dans votre vie quotidienne.

Le stage est ouvert à tous. Prévoir une tenue confortable.
Inscription obligatoire avant le stage.

Horaires des 2 jours : 9h30-17h

Tarif : 120€ (+10€ pour le livret)

Lieu du stage : Centre de Santé et Bien-Être, 99 av. Jacques Douzans, 31600 Muret

Pour tous renseignements : lenvoldesoinessauvages@gmail.com ou 06 89 57 69 13
www.envol-oies-sauvages.com ou www.facebook.com/lenvoldesoinessauvages/

**Bulletin d'inscription au stage de qi gong des 13 et 14 juillet 2019 à Muret
animé par Gwénaëlle MAY**

L'inscription ne sera prise en compte qu'à réception du bulletin accompagné du règlement.

Prénom : Nom :

Adresse

Code Postal : Ville :

Date de naissance : Profession.....

Téléphone Mobile : Courriel

Comment avez-vous eu connaissance de ce stage ?

Souhaitez-vous recevoir notre lettre d'information ? OUI NON

Date :

Signature

Inscription et règlement de 120€ à envoyer à : Gwénaëlle MAY, 99 avenue Jacques Douzans, 31600 Muret, ou bien à donner en main propre. Chèques et espèces acceptés. Chèques à l'ordre de «Gwénaëlle May».