



À Toulouse Samedi 12 Octobre 2019

et Dimanche 13 Octobre 2019



STAGE QI GONG « RETURN TO SPRING »

Animé par **KARMA TSULTIM NAMDAK**

Pour tous, débutants OU confirmés



Return to spring Qi Gong, qui sera enseigné par
Karma Tsultim Namdak

est une belle combinaison de mouvements du Sheng Zhen Gong qui vous aident à équilibrer le système nerveux et à éliminer le stress, les inquiétudes, la tristesse, à oxygéner vos muscles, renforcer vos articulations ainsi que l'immunité.

Ce Qi Gong est tel le printemps représentant la vie qui s'épanouit dans la joie et la lumière

La pratique du Return to spring a fait l'objet de nombreuses expériences par Tsultim Namdak. Ces expériences, il va les partager avec nous.

Plus d'informations à propos de Tsultim Namdak : <http://www.qigong-training.com>

Tarif du stage :

2 jours : 140 € / 130 € si adhérents à Thera'gym ou Fleur'essence

1 jour : 80 € / 75 € si adhérents à Thera'gym ou Fleur'essence

Venir au stage : salle ITAO, 9 impasse des Arènes, Toulouse,
Métro ou Tram : Arrêt Arènes

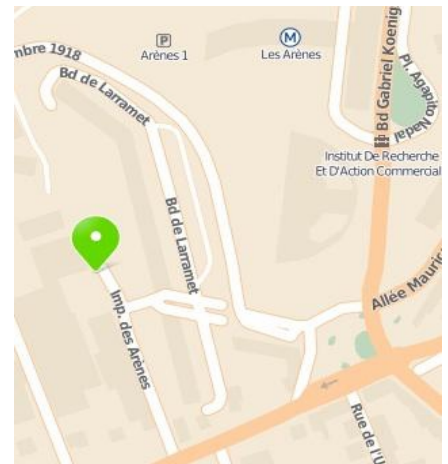
Horaires : Samedi 12 Octobre : accueil 9h30-10h
pratique : 10h-12h30 et 14h30-17h
méditation guidée : 17h30-18h

Dimanche 13 octobre : pratique entre 9h30 et 17h

Contacts :

Fado 06 21 25 10 41, theragym@gmail.com, theragym.fr

Véronique : 06 50 37 75 36, fleuressenceasso@gmail.com, fleuressence.fr



Inscription : adresser la fiche ci-dessous, ainsi qu'un chèque d'arrhes de 30€
(non remboursable lors d'un désistement après le 30 septembre)

à association **Thera'Gym 195 rue des Fontaines 31300 Toulouse**

Nom, prénom :

Adresse:

.....

Tél :

adresse mail :@.....