



COURS ET STAGES
DE QI GONG

L'association FLEUR'ESSENCE vous propose

STAGE D'ETE de QI GONG en Ariège dans un Centre Bouddhiste Familial

Vendredi 15 au dimanche 17 août 2014

« Une retraite spirituelle et de bien-être au cœur de la nature »

Le cœur de la Grue



Au programme :

- Qi Gong du cœur de la Grue pour s'harmoniser avec la **saison de l'été**
- **Méditations**
- Techniques de **massage énergétique** chinois
- Moments de **convivialité, balades libres, marche consciente**

Pratiques en extérieur (si le temps le permet)

Tarif du stage : 120 euros pour 3 jours (5h30 de pratique/jour)

Tarif de l'hébergement (pension complète) : 24 à 38 euros/jour selon confort

+ 3euros/jour d'adhésion à l'association Terre pure

Renseignements et réservation auprès de Véronique : 06 50 27 75 36,

fleuressenceasso@gmail.com, www.fleuressence.fr

Lieu de stage et d'hébergement :

Le charme d'une belle maison et salle de méditation en pierre dans un écrin de verdure

Association Terre Pure

Rives 09320 SOULAN (Ariège)

L'association Terre Pure œuvre dans le domaine humanitaire, en aidant les enfants d'une école monastique au Népal.

