



COURS ET STAGES
DE **QI GONG**

L'association FLEUR'ESSENCE vous propose

STAGE de QI GONG en Ariège

Samedi 21 et dimanche 22 septembre 2013

« Préparer l'automne dans un lieu de charme au cœur de la nature »

Qi Gong de l'oie sauvage

Fête de l'équinoxe d'automne

Au programme :



- Qi Gong de l'oie sauvage (Mr Liu Dong, 1^{ère} partie) pour s'harmoniser avec la saison de l'automne
- **Méditations**
- Techniques de **massage énergétique** chinois
- **Soirée spéciale équinoxe d'automne** et temps libre pour des **ballades**

Tarif du stage : 70 euros pour les 2 jours (5h de pratiques/jour)

Tarif de l'hébergement (pension complète) : 20 à 31 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 : Soulan (Ariège,
proche de St Girons)**

*Une belle maison et salle de méditation en pierre
avec vue sur la montagne*

L'Association Terre Pure accueille régulièrement des
stages de retraite bouddhiste

