

Association La Coloquinte

www.qigong-lacoloquinte.com

Stage de QI Gong

Da Yan Qi Gong

ou Qi Gong de l'Oie Sauvage

avec

Maître Zhou et Véronique Bourgois

Alternance de lenteur et de vigueur, d'immobilité et de déplacement, le Da Yan Qi Gong est composé de mouvements d'une grande beauté s'inspirant de la vie quotidienne des oies sauvages : déployant leurs ailes, volant dans le ciel, au dessus de l'eau.....



du mardi 18 au jeudi 20 juillet 2017

Écoute et joie accompagnent cette belle pratique telle une danse..... dont l'esprit est aussi :« tous ensemble nous allons plus loin ».

Ce Qi Gong libère, assouplit et fortifie le corps et l'esprit. Il fait circuler l'énergie et le sang dans les méridiens et tous les vaisseaux.

Accordons nos rythmes, jusque dans notre plus Intime, avec les rythmes de la Nature ; collines, forêts et bord de mer porteront nos évolutions et nos méditations.

Point de rendez-vous et salle de pratique :

la salle polyvalente de COLEMBERT

62 142 COLEMBERT

Ce stage s'adresse à tous, débutants comme confirmés

Les horaires : de 9h30 - 12h00 / 14h00 - 18h00

des pratiques sur la plage pourront être organisées matin, midi ou soir en fonction de la météo et des marées

Prévoir : coussin ou zafou, tapis et de quoi prendre des notes



Tarif pour les 3 jours : 240 €

tarif pour une journée : 90 €

Renseignements et inscriptions :

07 50 25 50 53

vbourgoislouvois@aol.com

Pour votre hébergement, contactez les offices de tourisme :

www.cc-desvressamer.fr ; www.wimereux-tourisme.fr ;

www.tourisme-boulognesurmer.com