

www.lesateliersducarme.fr



Stage du 17 au 19 juillet

Qi Gong

la nature au cœur

à Dullin, Savoie

Se poser dans le calme, respirer et être avec son environnement.

Habiter son corps et tisser des liens harmonieux avec lui.

Être en mouvement dans la douceur.

Être.

S'offrir 3 jours riches en pratique, dans la joie du partage
et de la connexion au vivant.



Ouvert à tous·tes sans pré-requis.

Tarifs :

Pédagogie : entre 160 et 280€ selon vos possibilités.

Hébergement en pension complète : 160€

Infos et inscription sur [helloasso](#)

ou au 06 32 02 39 97

louise@lesateliersducarme.fr

Stage de Qi gong

La nature au cœur

du 17 au 19 juillet

La pratique s'appuiera sur le Nei Yang Gong,
et des explorations sensorielles et énergétiques des éléments.
Pratique matinale au bord du lac d'Aiguebelette,
méditations et automassages le soir.

Nous utiliserons le Qi gong, cet art de santé millénaire, pour dénouer le corps et l'esprit, libérer des espaces à l'intérieur de soi, et se mettre au diapason de l'énergie du cœur, qui se déploie en été.

Stage animé par Louise / airelle :



Authentique et joyeuse, je transmets le qi gong, cet art immense, où chaque mouvement est une surprise renouvelée, un cadeau à goûter.

Diplômée en Qi gong par la Sorbonne Nouvelle, les Temps du Corps, et l'hôpital de Beidaihe (Chine).



Où ?

Nous serons la plupart du temps en extérieur, au contact des éléments et du vivant environnant.

Une salle de pratique est également à notre disposition.

Hébergement à Dullin, au Château Partagé.

Repas (bio et VG) midi et soir inclus.



Quel budget ?

Frais pédagogiques : entre 160 et 280€ selon vos possibilités.

Hébergement 2 nuits 80€ + Repas 80€.



+ d'infos : 06 32 02 39 97

louise@lesateliersducarme.fr