

Stages de QI GONG, les 28-29 janvier 2023

avec

Sophia CLEMENCEAU



Qi Gong taoïstes - Qi Gong de la femme
2 stages indépendants l'un de l'autre
dans le Béarn

Stages organisés par les associations **ETRE SON TAO** et **LE CHEMIN**

Pour toute information contacter

bernadette.bordes@wanadoo.fr - 06 07 97 52 90



www.etesontao.com

Stages de QI GONG, les 28-29 janvier 2023

avec

Sophia CLEMENCEAU



Qi Gong taoïstes - Qi Gong de la femme
2 stages indépendants l'un de l'autre
dans le Béarn

Stages organisés par les associations **ETRE SON TAO** et **LE CHEMIN**

Pour toute information contacter

bernadette.bordes@wanadoo.fr - 06 07 97 52 90



www.etesontao.com

**Stage 1 le 28/01/23 : Qi Gong taoïstes
« les 1000 torsades » – « les 13 mots »**

Ces enchaînements ouvrent le corps énergétique et favorisent la reliance au ciel et à la terre.

Ils sont courts et faciles à mémoriser.

Stage 2 le 29/01/23 : Qi Gong de la femme

Ce Qi Gong est adapté aux 5 périodes spécifiques de la vie d'une femme : puberté avec les premières règles, grossesse (sauf certains mouvements), allaitement, maturité, ménopause

Horaires des stages : 9h /12h – 14h/17h

Coût : 110 € les 2 jours - 60 € pour 1 journée

Inscription : versement d'un acompte de 60 € (2 jrs) – 30 € (1 jr) → chèque à l'ordre de ETRE SON TAO

à adresser à Bernadette Bordes, 5 rue du Vialé 64400 – Gèronce

Public : Stage 1 : tout public – Stage 2 : pour les femmes

Lieu : salle municipale de **Préchacq-Josbaig - 64400**

A compléter et joindre à votre acompte

Nom prénom : _____

Email _____

Je m'inscris au stage du 28/01/23 au stage du 28/01/23

aux 2 stages des 28 et 29 janvier 2023

et joins un chèque d'acompte de _____ € pour réserver ma place

Signature :

**Stage 1 le 28/01/23 : Qi Gong taoïstes
« les 1000 torsades » – « les 13 mots »**

Ces enchaînements ouvrent le corps énergétique et favorisent la reliance au ciel et à la terre.

Ils sont courts et faciles à mémoriser.

Stage 2 le 29/01/23 : Qi Gong de la femme

Ce Qi Gong est adapté aux 5 périodes spécifiques de la vie d'une femme : puberté avec les premières règles, grossesse (sauf certains mouvements), allaitement, maturité, ménopause

Horaires des stages : 9h /12h – 14h/17h

Coût : 110 € les 2 jours - 60 € pour 1 journée

Inscription : versement d'un acompte de 60 € (2 jrs) – 30 € (1 jr) → chèque à l'ordre de ETRE SON TAO

à adresser à Bernadette Bordes, 5 rue du Vialé 64400 – Gèronce

Public : Stage 1 : tout public – Stage 2 : pour les femmes

Lieu : salle municipale de **Préchacq-Josbaig - 64400**

A compléter et joindre à votre acompte

Nom prénom : _____

Email _____

Je m'inscris au stage du 28/01/23 au stage du 28/01/23

aux 2 stages des 28 et 29 janvier 2023

et joins un chèque d'acompte de _____ € pour réserver ma place

Signature :