



QI GONG POUR LA FEMME

Développer l'accord à sa
féminité

-Conscience de son corps, ses
émotions, ses ressentis, accès
à ses ressources féminines
avec le Qi Gong de
Mme Liu Ya Fei

-Autonomie dans la pratique
du Qi Gong avec
l'enchaînement de
« la fille de Jade »

Dimanche 25 août 2019

St Nazaire

9H30 à 12H30 / 14H30 à 17H30

Stage animé par
Marie-Madeleine Durand

Organisé par l'association
Arts de Bien Être

Lieu :

Le matin
salle polyvalente, Maison de quartier de
l'Immaculée
Route du point du jour
44600 Saint-Nazaire

(se garer sur le parking du Decathlon, la salle est
derrière)

L'après midi
pratique face à la mer, s'il fait beau

Aspects pratiques :

Apporter un tapis de sol et un coussin

Pour celles qui souhaitent rester au **repas du
midi**, nous vous proposons d'apporter chacune
un plat à partager et vos couverts

Une pause avec tisane et jus de fruit est
proposée dans la matinée et l'après midi.

-Une séance de **réflexologie plantaire** offerte par Sylvie
Bourdillon sur Saint-Nazaire, à une date ultérieure.

-**Octobre 2019** : sur Saint-Nazaire, pratiques collectives qi
gong de la femme pour entretenir les acquis du stage

60 euros
(55 € + 5 € adhésion)

Je m'inscris au stage de Qi Gong de la femme
du 25 Août 2019 :

Nom

Prénom

Téléphone(s)

E.mail

Adresse

Je joins **30 €** d'arrhes à l'ordre de **ARTS DE
BIEN ÊTRE** à envoyer chez :

ARTS DE BIEN ÊTRE
Association Saint-Nazaire,
Sylvie Bourdillon
16 chemin du zouave
44600 Saint-Nazaire

0782384772
www.shiatsu-reflexologie-44.fr

INFORMATIONS :

RESONANCE
Marie-Madeleine Durand
0240369976 ou 0622540896
www.tai-chi-qigong.fr