



3^{ème} Stage Nature été
à Portel des Corbières
(Les Matinées bien être)

Qi Gong - Bien Etre

Du lundi 02 au vendredi 06 juillet 2011



Stage proposé par l'association « Arborescence »

Intervenants :

Sandra Torres:

Enseignante Taiji-Quan & Qi-Gong
Etudiante en Médecine traditionnelle Chinoise



Pascal Pradoux:

Enseignant Taiji-Quan & Qi-Gong diplômé
Thérapeute en Médecine traditionnelle Chinoise

Portel des Corbières : 15 mn de Narbonne, 5 mn sortie autoroute Sigean, au cœur d'une nature vivante et généreuse au pied de la vieille église de Portel au milieu des vignes et des oliviers. (A visiter : terra viéa, réserve africaine de Sigean , Lastour, plage à 10mn) campings, hôtellerie, gîtes, chambres d'hôtes à proximité



Programme de stage du lundi 02 au vendredi 06 juillet
Programme Matin:

8h30 à 9h30 Méditation, Soins du corps et visage (tuina, relaxation coréenne, étirement méridiens, accu - pression,

9h45 à 11h30 Qi Gong (Dayan Qi Gong qi gong des grandes oies sauvages)

Coût du stage entier 100€

Du lundi 02 au vendredi 06 juillet 2011

Renseignements: *Pascal Pradoux 06.86.31.17.73*

Sandra Torres 06.70.34.41.54.

Bulletin d'inscription a retourner avant le 15 MAI accompagné du chèque d'acompte de 50€ à l'ordre « **d'arborescence** » et adressé à:

Sandra Torres tersac de Prés 11490 Portel des Corbières

Arborescence-tao@orange.fr

Nom -----Prénom-----

Adresse-----

Tél-----E-mail-----

A-----le-----

Signature

