

## Stage de Qi Gong féminin

Dimanche 19 février 2023

### Informations pratiques

#### Lieu

Salle de la Foresterie - 44120 Vertou.

Pour plus de précisions : [www.tai-chi-qigong.fr](http://www.tai-chi-qigong.fr) / Accueil – Contact – Lieux des cours

**Horaire :** 9H30-12H30 / 15H-17H30 avec une pause dans la matinée et l'après-midi.

#### Programme :

Qi gong de Mme liu Ya fei : auto massage et ondulations de la colonne vertébrale

Initiation à la fille au corps de jade

Conscience du périnée féminin

Méditation

Ce stage est ouvert aux débutantes et pratiquantes.

**Tarifs :** 75 €

#### Inscription :

Pour réserver votre place, un chèque de 35 € à l'ordre de l'association RESONANCE Vertou est demandé, à envoyer à l'adresse suivante :

**Association – RESONANCE Vertou**

**Chez Mme Jodet – 16, route du Vignoble - 44120 Vertou.**

Joindre vos coordonnées au chèque : nom, prénom, adresse, téléphones, mail et noter si vous avez déjà pratiqué le Qi Gong ou une activité proche.

Le chèque sera encaissé après le stage.

Il n'y aura pas de remboursement possible, à moins d'une attestation médicale.

#### Repas du midi :

Nous vous proposons de venir avec un plat à partager ou votre pique-nique et vos couverts (dont une tasse) pour un moment convivial.

#### A apporter :

Un tapis de sol, un plaid et un coussin.

#### Renseignements :

Association RESONANCE Vertou

06 22 54 08 96

[www.tai-chi-qigong.fr](http://www.tai-chi-qigong.fr)