

STAGE DE QI GONG

Dimanche 14 JUIN 2015 de 9h à 17h00 - Ouvert à tous

Je vous propose une journée de stage de Qi GONG animé par Pierre KALIFA le Dimanche 14 juin 2015 au Domaine de La Castille.

PROGRAMME DU STAGE:

Sur la base de formes traditionnelles, nous travaillerons à la mise en œuvre de principes internes permettant de trouver la puissance de l'axe, l'enracinement et la conduction naturelle de l'énergie dans le corps. Une attention particulière est portée sur les deux ceintures (scapulaire et pelvienne). L'architecture interne du corps est abordée en particulier par le système des fascias. Une approche spécifique de la détente et du relâchement est proposée. Cet enseignement s'appuie principalement sur les principes de la Forme du Serpent, forme de Taï Chi Chuan transmise par T. Baë (cf. le site de l'association Hua), enseignant de P. Kalifa depuis plus de 10 ans. P. Kalifa est aussi praticien en énergétique traditionnelle chinoise.

Pour la pratique : **Prévoyez un coussin épais ou un petit banc et une serviette de plage ou une couverture pour vous asseoir.**

TARIFS et INSCRIPTION : 50 € en espèce si possible dont 20 € à l'inscription. Remettre le coupon-réponse ci-dessous avec le règlement d'acompte à Jean-Yves Creste.

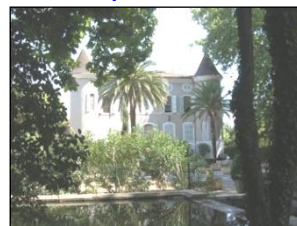
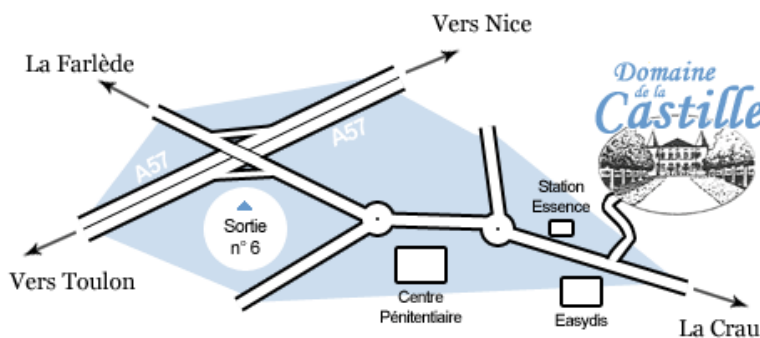
HORAIRES : - 08h30 : accueil et règlement du solde
- 9h00 : début du stage
- 12h00 / 14h00 : pause repas (apportez votre pique-nique ou possibilité de déjeuner à l'Hôtellerie de la Castille *), sieste, balade dans le parc, au choix selon votre convenance...
- 17h00 : fin du stage.

(* Possibilité de commander un menu unique (entrée, plat du jour, fromage, dessert, vin rouge ou rosé du domaine et café compris) à condition de réserver la semaine d'avant à L'HOTELLERIE ☎ 04-94-00-80-58 ou 04-94-00-80-55 – mail : fondation@domaine-castille.fr et de prévenir au moins 48h à l'avance en cas d'annulation.

Cordialement, Jean-Yves CRESTE

Plan du Domaine de La Castille : Route de La Farlède à la Crau, commune de Solliès-Ville.

Web: <http://www.domaine-castille.fr/-ACCUEIL-.html>



Depuis Toulon, A57 en direction de Nice, sortie n°6 La Farlède/La Crau. Direction de La Crau. Après le 2^{ème} rond-point, l'entrée du domaine est à gauche dans les oliviers (portail), mais faire le tour jusqu'au rond-point suivant car ligne continue infranchissable à ce niveau). Suivre la petite route du domaine jusqu'au bâtiment, parking sous les grands arbres.
Covoiturage à organiser éventuellement !

Une salle nous est réservée mais en cas de beau temps, ce lieu nous offrira son magnifique cadre extérieur de plein air (jardin à droite du 1^{er} bâtiment après s'être garé sous les grands arbres)

✂.....

COUPON REPONSE (à remettre à Jean-Yves accompagné du règlement des arrhes au plus tard le vendredi 29/05/2015)

Je soussigné(e) : m'inscris au stage de Qi GONG du
Dimanche 14 juin 2015.

Ci-joint arrhes de 20 € en : espèces ou chèque (le solde sera à régler sur place le jour du stage **en espèces**
contre chèque rendu en retour, merci).

Date : Signature :