

RETRAITE YANG SHENG

« SE RELIER A L'ESSENTIEL »



27, 28 & 29 Octobre 2018 / au Centre Calam

Stage animé par **Michèle & Christian RIBERT**

3 JOURS - Tout public -

Tout comme la pratique du Tai Chi et du Qi Gong, les techniques corporelles et méditatives chinoises -appelées Yang Sheng- harmonisent le corps et l'esprit et améliorent nos fonctions vitales !

Grâce à des postures énergétiques et à la mise en mouvement de cette énergie, le Yang sheng favorise une meilleure santé physique et psychique. Cette méthode attache une grande importance à la détente du corps et à l'apaisement de l'esprit.



Tarif normal : 210 € (hors hébergement)

Date limite d'inscription : 17 octobre 2018

<https://www.yangsheng-wu.fr>

PROGRAMME - RETRAITE YANG SHENG : TOUSSAINT 2018

Initiation

Recevoir la transmission des bases théoriques et pratiques du Yang Sheng et de la pratique de la Méditation. Cet art énergétique et élégant nous permet de renforcer notre vitalité et notre sérénité. Nous aborderons les techniques de pleine conscience tout en gardant un corps unifié et détendu dans les postures et les danses Jian Wu.

Perfectionnement

Evoluer dans sa pratique en avançant dans le programme technique spécifique à l'école Yu Seng. Nous conseillons chacun dans son évolution tout en laissant sa créativité s'exprimer !

- Nombreux ateliers dynamiques
- Une méditation journalière commune

Possibilité de prolonger votre séjour après le stage – Nous contacter

Informations

Le stage débute toujours la veille du séjour et se termine le dernier jour à 15h30

Votre arrivée est prévue le 26 octobre à partir de 17h.

Votre Départ le 29 octobre à 16h00

Dossier téléchargeable sur notre site internet => Demandez nous la fiche d'inscription par mail!

Date limite d'inscription : 17 octobre 2018

DETAILS DES TARIFS

STAGE

Tarif de base - 210 €

Tarif réduit - 180 € (sur présentation d'un justificatif ANPE ou Etudiant)

Tarif professionnel - 385 €

PENSION COMPLETE

Chambre individuelle chalet : 65 €/jour/personne

Chambre à 2 lits : 50 €/jour/personne

LIEU DU STAGE

CENTRE CALAM

Lieu dit « Chez Saby »

63640 St Priest-des-Champs



contact@centre-calam.com

yangsheng.dacheng@gmail.com



06 19 42 70 82

<https://www.yangsheng-wu.fr>