

# QI GONG

## STAGE 4 JOURS A LA FALAISE VERTE

*Week-end de la Toussaint :*

*du vendredi 28 octobre au mardi 1er novembre*



*Au programme : Zazen, Qi Gong Yi Jin Jing, Qi Gong des 3 Dan-tian, circulation céleste.*

*Pratique intense : ouverture du corps, approfondissement du souffle, circulation énergétique, épanouissement de la paix intérieure.*

**Enseignement : 190€**

**Hébergement : 208€**

**Informations :** 07 81 12 57 70 [inspirmeditation@gmail.com](mailto:inspirmeditation@gmail.com)

[www.inspirmeditation.com](http://www.inspirmeditation.com)

[www.falaiseverte.org](http://www.falaiseverte.org)