

Lieu du stage:
Le Moulin du Pré - 37240 Le Louroux



Ce lieu, dans lequel nous serons les seuls résidents pendant cette période, comprend une salle de pratique couverte et une piscine chauffée, ainsi qu'un grand parc arboré au cœur duquel sillonne un petit cours d'eau. Nous aurons également des lieux à l'extérieur sous abri pour pratiquer tout en étant protégés du soleil.

Cuisine savoureuse, végétarienne, de grande qualité énergétique et biologique, sans gluten ni lactose, effectuée par les propriétaires du lieu.

Logement:

Sur place, dans des chambres confortables, à 2 ou 3. Possibilité de chambre seule avec supplément.

Tarif du stage:

- Participation pour les 2 enseignements, 5 jours: **360 €**
- Pension complète + hébergement: **380 €** (76€/jour)
- Tarif global: **740 €**

- **185 €** d'arrhes à régler par chèque avant le 1er mai (non remboursable après le 15 juin 2018) à l'ordre de l'association *En Conscience En Mouvement*, et à envoyer avec le bulletin d'inscription à:

Aline Duclos - 13, rue St Gatien - 37100 Tours

Renseignements:

Jocelyne le Moan - 06 11 63 60 94
lemoanjocelyne37@gmail.com

Association
En Conscience En Mouvement

QI GONG XPEO SHIATSU

Jocelyne
LE MOAN

Aline
DUCLOS



STAGE

du 16 au 20
JUILLET
2018

en **TOURAIN**

au **MOULIN DU PRÉ**
LE LOUROUX

Du savoir Faire au savoir Être...



Nous vous proposons de venir vous ressourcer dans un lieu magnifique et paisible, au coeur de la Touraine.



En alliant la pratique du **Qi Gong XPEO** et du **Shiatsu**, nous vous permettons à la fois de vous donner de l'énergie et d'en recevoir.



Bouger en conscience, trouver des ressources pour se recharger au quotidien, acquérir des gestes simples pour une autonomie dans votre bien-être, et découvrir une nourriture saine et énergétique.



Explorer la présence et l'intention dans le mouvement et le toucher vous conduira à découvrir et affiner votre ressenti pour une meilleure connaissance de soi.

Chaque journée sera partagée entre la pratique individuelle et la pratique en binôme à travers le **Qi Gong XPEO** et le **Shiatsu**.



Le stage est ouvert à tous, sans prérequis et limité à 16 participants.

Stage résidentiel: à partir du dimanche 15 juillet - 18h au vendredi 20 juillet 2018 - 17h.

6 heures de pratique par jour pendant 5 jours.

Une marche de santé sera proposée chaque jour avant le petit déjeuner ainsi que des temps de méditation.

