

氣

Arts, intériorité et nature

Ateliers mensuels à Beaune 2023-2024

«Qi Gong taoïst et méditation Vipassana »

Avec Laurence Cortadellas diplômée EPMM, FEQGAE/UP, FFKDA

Un monde nouveau frappe à la porte et nous parle d'une nouvelle alliance qui nous rappelle nos origines célestes... Ressentons profondément dans toutes nos cellules cet appel exigeant et amoureux et réjouissons-nous !

Mais comment nous ajuster ? Comment trouver la justesse et la délicatesse nécessaire pour épouser cette énergie nouvelle, pour accompagner cette Lumière toujours plus intense ? S'appuyer sur la terre et s'ouvrir à l'éternité... Trouver sa place, son rôle dans ce grand orchestre de l'univers ! Trouver la position juste qui nous inscrive et nous déploie sans nous imposer. Percevoir, percer et voir... Ressentir... Accueillir... Aimer de tout son être et remercier...

Dans ce chemin de conscience et d'éveil, je vous propose des moyens d'harmoniser les différents plans de votre être à travers des pratiques simples et profondes à partir de méditations variées, de pratiques corporelles et de Qi Gong, de relaxation et d'écoute de soi. s

Lieu : Foyer des jeunes travailleurs, 8 Av Guigone de Salins, Beaune

Horaires : un samedi après-midi par mois de **14h00 à 17h00**

Dates : 23 sept 23, 21 oct, 11 nov, 09 déc, 13 jan 24, 17 fev, 09 mars, 13 avril, 11 mai, 08 juin

Coût : Adhésion **20€ et 35 €** par atelier ou **320 €** pour les 10 ateliers

Matériel : coussin ferme (zafu), tapis de sol, tenue confortable et couverture légère

Contact tel 03 80 24 97 21/06 13 92 28 71 Mail : lcortadellas21gmail.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

À retourner à l'adresse suivante : 14, rue René Moreau, 21340 Val-Mont

NOM :

Adresse :

Tél : E.mail.....

Je m'inscris à l'atelier de QI GONG taoïste et méditation et je joins un chèque d'arrhes de 35 € à l'ordre de l'association "Arts, intériorité et nature".

功

氣

Arts, intériorité et nature

Ateliers mensuels à Beaune 2023-2024

«Qi Gong et méditation Vipassana »

Avec Laurence Cortadellas diplômée EPMM, FEQGAE/UP, FFKDA

Un monde nouveau frappe à la porte et nous parle d'une nouvelle alliance qui nous rappelle nos origines célestes... Ressentons profondément dans toutes nos cellules cet appel exigeant et amoureux et réjouissons-nous !

Mais comment nous ajuster ? Comment trouver la justesse et la délicatesse nécessaire pour épouser cette énergie nouvelle, pour accompagner cette Lumière toujours plus intense ? S'appuyer sur la terre et s'ouvrir à l'éternité... Trouver sa place, son rôle dans ce grand orchestre de l'univers ! Trouver la position juste qui nous inscrive et nous déploie sans nous imposer. Percevoir, percer et voir... Ressentir... Accueillir... Aimer de tout son être et remercier...

Dans ce chemin de conscience et d'éveil, je vous propose des moyens d'harmoniser les différents plans de votre être à travers des pratiques simples et profondes à partir de méditations variées, de pratiques corporelles et de Qi Gong, de relaxation et d'écoute de soi.

Lieu : Foyer des jeunes travailleurs, 8 Av Guigone de Salins, Beaune

Horaires : un samedi après-midi par mois de **14h00 à 17h00**

Dates : 23 sept 23, 21 oct, 11 nov, 09 déc, 13 jan 24, 17 fev, 09 mars, 13 avril, 11 mai, 08 juin

Coût : Adhésion **20€ et 35 €** par atelier ou **320 €** pour les 10 ateliers

Matériel : coussin ferme (zafu), tapis de sol, tenue confortable et couverture légère

Contact tel 03 80 24 97 21/06 13 92 28 71 Mail : lcortadellas21gmail.com

BULLETIN D'INSCRIPTION

À retourner à l'adresse suivante : 14, rue René Moreau, 21340 Val-Mont

NOM :

Adresse :

Tél : E.mail.....

Je m'inscris à l'atelier de QI GONG taoïste et méditation et je joins un chèque d'arrhes de 35 € à l'ordre de l'association "Arts, intériorité et nature".