氣 Arts, intériorité et Nature 功

Ateliers mensuels à Beaune 2025-2026

« Qi Gong taoïste et méditation Vipassana »

Avec Laurence Cortadellas diplômée EPMM, FEQGAE/UP, FFKDA

Face à notre monde chamboulé et en mutation profonde nous ressentons profondément dans toutes nos cellules un appel puissant aux changements intérieurs pour accompagner et favoriser l'avènement d'un monde plus doux et plus lumineux. Une nouvelle alliance est possible en adéquation avec nos vibrations célestes... 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'Éternel... 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 : 13 sept 25, 11 oct, 8 nov, 13 déc, 24 jan 26 21 fev, 14 mars, 18 avril, 09 mai, 13 juin

Coût : **Adhésion** 20€ **et** 40 € par atelier ou 360 € pour les 10 ateliers

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

Contact : tel : 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 40 € à l'ordre de l'association "Arts, intériorité et nature".

氣 Arts, intériorité et nature 功

Ateliers mensuels à Beaune 2025-2026

« Qi Gong taoïste et méditation Vipassana »

Avec Laurence Cortadellas diplômée EPMM, FEQGAE/UP, FFKDA

Face à notre monde chamboulé et en mutation profonde nous ressentons profondément dans toutes nos cellules un appel puissant aux changements intérieurs pour accompagner et favoriser l'avènement d'un monde plus doux et plus lumineux. Une nouvelle alliance est possible en adéquation avec nos vibrations célestes... 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'Éternel... 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 : 13 sept 25, 11 oct, 8 nov, 13 déc, 24 jan 26 21 fev, 14 mars, 18 avril, 09 mai, 13 juin

Coût : **Adhésion** 20€ **et** 40 € par atelier ou 360 € pour les 10 ateliers

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

Contact : tel : 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 40 € à l'ordre de l'association "Arts, intériorité et nature".