

Stage de Qi Gong de la Femme et « La Fille de Jade »



16 et 17 octobre 2021

Prix total du stage 300 frs

Inscriptions jusqu'au 20.09.21 - arrhes 60.- frs

Arsen'Alt, Salle Sud
Derr. Les Remparts 12
1700 Fribourg

Renseignements et inscriptions : Rosa Fieschi – Tél. +41 76 588 29 30
rosa.fieschi@albera-dao.ch - www.albera-dao.ch

Un stage de 2 jours pour apprendre les mouvements de ces deux Qi Gong conçus spécialement pour les femmes.

Explorer le féminin dans toute sa beauté, sa fluidité et sa force.

Evacuer les énergies usées, faire le plein des énergies pures.

Prendre conscience du plancher pelvien, de l'utérus et des ovaires et les renforcer.

Méditer, se relier à la Lune, au Soleil, à la Nature...

Se relier au Yin, au féminin, à Soi...

Ce stage est ouvert à toutes les femmes de tout âge.

Le stage se déroule sur 2 jours de 9h30 à 17h00 environ.

Nombre de participantes min/max : 5/7 (ou selon les restrictions sanitaires du moment)

Les repas ne sont pas compris dans le stage. Chacune s'organise pour les repas durant les pauses de midi.

Il est conseillé de porter des vêtements confortables dans lesquels on se sent bien ainsi que des chaussettes. Chaque participante apportera pour son propre confort un tapis de gym, un coussin de méditation et une couverture légère.

Seules les personnes ayant versé les arrhes au moment de l'inscription auront leur place réservée. Le solde sera versé au plus tard le 1^{er} jour du stage, à l'accueil des participantes.

En vous inscrivant, vous acceptez les conditions générales de participation.