

RETRAITE DE NOUVEL AN
REVEILLON(s)... nous autrement !
Qi Gong, Méditation, Rites de passage...

En résidentiel, en Hautes Pyrénées



Du **28/12** au soir au **2/01** au matin

Pour un réveillon différent...
Dans le calme, la contemplation ...
Se préparer pour la nouvelle année ...

Dans la magnifique vallée de Saint-Lary-Soulan

Avec

Liliane Papin, Docteur en médecine chinoise, enseignant de Qi Gong et médecine chinoise (auteure du livre « Les Trésors de la médecine chinoise pour le monde d'aujourd'hui » 2018, Ed. Courrier du livre)

Sophia Clémenceau, formatrice Qi Gong, énergéticienne, femme-médecine (30 ans d'expérience)

Didier Cuzange, chef cuisinier (40 ans d'expérience dans la restauration vegan)

Guillermo Roldan, guide de montagne professionnel et moniteur de ski (40 ans d'expérience)

Contact

etresontao@gmail.com - www.etresontao.com

06 19 55 73 04

Accueil : le vendredi 28/12 à partir de 17 h

- Médecine chinoise, Qi Gong statique et dynamique : notre corps et la saison d'hiver
- Méditation
- Rituels d'hiver et rites de passage
- Cercles de paroles et feux de cheminée
- Marches en nature (en raquettes en cas de neige)
Accès à de magnifiques sites de ressourcement
- Délicieux repas vegan dans le respect de notre corps, de la nature et de tous ses êtres

Ouvert à tous : Cette retraite ne demande pas de niveau particulier que ce soit en Qi Gong, en méditation, ou en randonnée.



Gîte : « Le grand chalet »
Hameau du Ticot -
65170 Fabian /Aragnouet

Apportez : Draps, taies d'oreiller -
serviette de toilette- Lampe de poche
Coussin et tapis de sol - Ciseaux et colle
Chaussures de randonnée - Une bougie

Coût* : 500 € → inclus 260€ de pension complète (dont repas de réveillon vegan)

550 € si inscription après le 30 novembre 2018

Logement en chambres de 2-3 pers. (supplément chambre seule : 50 €)

A régler par chèque à l'ordre de ETRE SON TAO ou par virement (IBAN FR76 3000 3008 9300 0372 6535 852)

**30% de retenue en cas d'annulation à 1 mois du stage - 50% de retenue en cas d'annulation après le 15 décembre (sauf cas de force majeure et sur présentation de justificatif)*



Bulletin d'inscription

à compléter LISIBLEMENT et à nous adresser à Association ETRE SON TAO Le Prat 09230 - Montardit

accompagné de votre chèque ou du justificatif de votre virement

Je m'inscris à la retraite de nouvel an du 28/12 au 2/01 et je joins un acompte de 250 € (encaissement après la rencontre). Je coche mon choix d'hébergement.

Nom prénom :

Email :

N° de tel :

chambre à 2-3 pers.

chambre seule (avec supplément 50€)

Date :

Signature :