



Pâques 2020 à REDON en Bretagne sud

Stage de Tai Chi et Chi corps Vivant Corps Conscient®

pour tous, et pour professionnels de la santé
avec Nicole Bernard, Martine Bodilis et les enseignants certifiés

du mardi 14 avril 15h au dimanche 19 avril 12h30



Construit sur un rocher nommé Manétan (colline et feu en breton) La Roche du Theil est située dans un parc de douze hectares planté d'arbres centenaires et de végétaux rares, dominant la vallée de l'Oust et le canal de Nantes à Brest. C'est, depuis deux siècles, un lieu de paix et de calme.

Les cours : Débutants, 24 postures, 127 (1 et 2). Cours spécifique professionnels de la santé.

Nous alternons les cours au sol de techniques de mobilisation du Chi, relaxation, respiration, centrage et les cours debout de Tai Chi et Qi Gong, dehors si le temps le permet.

Equipement

Prendre des vêtements chauds et imperméables, de très bonnes chaussures de pratique, tapis de sol et zaffu/petit banc pour être assis confortablement au sol.

Tarifs

ENSEIGNEMENT : 370€ (390€ si inscription après le 1er Mars 2020) + cotisation à l'association (37€)

HEBERGEMENT EN PENSION COMPLÈTE du mardi soir au dimanche midi 330€.

Les chambres de très bon confort sont individuelles ou à deux, avec douche et WC. Le linge de toilette est fournis.

« La Roche du Theil » 35600 BAINS-SUR-OUST Tel : 02 99 71 11 46

Accès

TGV Paris Redon ou TER Nantes Vannes Rennes puis Taxi collectif

Voiture : consulter le site de La Roche du Theil : <http://www.larochedutheil35.cef.fr/page11.html>

Bulletin d'inscription stage REDON Pâques 2020

à renvoyer, accompagné de votre règlement, à Les Quatre Piliers 32 rue Boussingault 75013 Paris

Nom Prénom.....

Adresse.....

.....Tel..... E mail.....

Je m'inscris au stage du 14 au 19 avril 2020 .

Je suis : débutant /24 ◇ 127 (1) ◇ 127 (2)◇ Professionnel de la santé ◇

J'arriverai à La Roche du Theil : en voiture depuis (ville).....J'aiplaces dans ma voiture

J'arriverai en train à Redon à.....h (nous vous mettrons en communication avec d'autres pour le taxi collectif).

Régime spécifique Végétarien ◇ pour les autres régimes vous devez prévoir votre complément

Chambre à deux ◇ avec Chambre individuelle ◇

Je verse ce jour la somme de 200€ par chèque à l'ordre de « Quatre Piliers », non remboursables en cas de désistement après le 1er mars 2020. Je réglerai le solde lors du stage. Pour les non-adhérents joindre aussi un chèque de 37€ à l'ordre des Quatre Piliers montant de la cotisation à l'association.

Date

Signature