

## Qi Gong et Kinomichi

du mercredi 9 août 2017 à partir de 18h au dimanche 13 août 2017 après le repas de midi

au centre du Fontenil, centre de vacances situé au coeur des Alpes du soleil, dans le parc naturel régional du Queyras, accueille familles, enfants et adolescents, séminaires...

Programme du stage : la spirale : mouvement donné et reçu Application du Qi gong à deux, pour permettre de comprendre, évaluer, mieux sentir où est l'énergie, qu'en fait-on, où est noter présence, notre écoute à soi et à l'autre. le stage sera composé d'exercices individuels et à deux de Qi Gong et de Kinomichi. accessible aux débutants comme aux initiés Enseignement : Marie-José Cuinier - professeur de Qi Gong Catherine et Manuel Auffret - instructeur de Kinomichi

Lieu : centre de vacances-hôtel "le fontenil" 05460 Abriès 04 92 46 71 36

Hébergement : chambres de 2 à 4 personnes, avec cabinet de toilette. compris dans le tarif pension : piscine, sauna, hammam, salle d'activités

Les menus comprennent des plats typiquement montagnards, de grands classiques de cuisine française et familiale.

Accès : consulter le site du centre

www.lefontenil.fr Tarifs : pension complète : 220€ + taxe des éjournement : 220€ (tarif adhérent) - 250€ (tarif non adhérent Infos complémentaires : date limite inscription : 30 juin 2017 Le formulaire d'inscription (à demander par mail) est à retourner accompagné de 80€; d'acompte au C.E.P.C.E.D. (non remboursable).