

FICHE D'INSCRIPTION

NOM.....
 PRENOM.....
 Profession.....Age.....
 Adresse.....Code postal.....
 E-mail.....Tél.....

Est intéressé par le(s) stage(s) en :

BAIE de SOMME pour 1 personne **700€**
 ou nombre de personnes d'une même famille **500€** à partir de 2^e
 personne
 en pension complète gîtes ou chambres d'hôtes camping

LE LIMOUSIN pour 1 personne ou nombre de personnes.....
 d'une même famille.

900€ pour chambre 1 pers. Tout compris

750€ pour chambre 2 pers. et + tout compris

500€ tout compris à partir de la 2^e pers. d'une même famille

Noms/Prénoms des personnes d'une même chambre.....

.....
 Pour confirmer votre réservation, envoyer 1 acompte de 20% sur le montant
 du stage à **ESPACE QI GONG – SANTE – CULTURE, 3 rue du Coteau – 92370
 CHAVILLE** et compléter le solde 1 mois avant le stage. Si annulation de la
 réservation avant 1 mois, remboursement de l'acompte.

RIB	Code Banque (1)	Code Agence (2)	Numéro de compte (3)	LETTRE (4)	Votre agence de domiciliation (5)
	30004	00180	00010079143	63	BNP PARIBAS CHAVILLE PAV.GAR (00180)
IBAN	FR76 3000 4001 8000 0100 7914 363				BIC: BNPAFRPPXXX

Film sur tout le stage dans la clé USB : **150 € / stage** Baie de Somme

Limousin

Livre « **QI GONG pour vaincre le stress, la fatigue chronique et la
 dépression nerveuse** » : **20 €**

Livre « **KHI CÔNG phương pháp dưỡng sinh và trường thọ** » : **20 €**

ESPACE QI GONG-SANTE-CULTURE.

3 rue du coteau. 92370 CHAVILLE

E-mail : info@qigongsante.com . Site : www.qigongsante.com

Tél : 01 47 50 97 19

Vous propose un programme de **Médecine holistique et
 globale avec 2 stages** à thèmes :

---**SANTE, BIEN-ÊTRE et LONGEVITE** en **BAIE de SOMME**
 du **25 AVRIL au 1^{er} MAI 2022**

---**ANTI-STRESS, ANTI-BURN-OUT et ANTI-FATIGUE POST
 INFECTIEUSE** dans le **LIMOUSIN**
 du **16 au 23 Octobre 2022**

Comprenant

**QI GONG, Alimentation-Santé, Micronutrition ,
 Phytothérapie et Méditations.**

Les stages sont assurés par le **Docteur TRAN HUYNH HUË** et
 son équipe de professionnels expérimentés.



Stage **SANTE, BIEN ÊTRE et LONGEVITE**

avec

--**QI GONG de l'INTELLIGENCE et de la SAGESSE** (Niveau débutant)

--**MICRONUTRITION** : Soigner son **microbiote** pour renforcer ses **défenses immunitaires**.

--**ALIMENTATION-SANTE** : **Aliments** pour nourrir le **microbiote**

--**PHYTOTHERAPIE** : Cueillir les **plantes médicinales et sauvages** et les **cuisiner** avec un
 naturopathe.

--**MEDITATIONS** : de pleine conscience, taoïste, assis, debout, en marche et Do-In.

DUREE : du **25 AVRIL au 1^{er} MAI 2022**

LIEU : la **GRANGE YOGA de BAIE de SOMME**, 30 Route de Montreuil. 80120
 VILLERS sur AUTHIE

TARIFS : **STAGE** : **700 € / 1 pers et 500 € pour 2^{ème} pers d'une même famille(+)**

En pension complète : 735 €. Tél : Mme Deville 0783130866 – mail : deville.fab@free.fr

ou Gîtes ou chambres d'hôtes – Tél : Mme Dupont 0635 18 95 10
 ou camping du Val d'Authie – Tél : 03 22 29 92 47

+ **400€** /pers.
 pour accès et
 usage des locaux
 du stage.
 Tél : Mme Deville
 0783130866



avec

ANTI-BURN-OUT

ANTI-STRESS

ANTI-FATIGUE

POST INFECTIEUSE

--**QI GONG pour vaincre le stress, la fatigue chronique et la dépression
 nerveuse** (Niveau débutant)

--**MICRONUTRITION** : **Les boosters d'Energie**

--**MYCOLOGIE** : Cueillir les **champignons**, étudier leurs actions sur la Santé
 et les cuisiner avec un spécialiste.

--**ALIMENTATION-SANTE** : **Repas végétariens** préparés par le Monastère.

--**MEDITATIONS** : de pleine conscience, taoïste, assis, debout, en marche
 et Do-In

DUREE : du **16 au 23 Octobre 2022**

LIEU : **MONASTERE BOUDDHIQUE TÙNG LÂM LINH SON INTERNATIONAL**
 N° 18 Les Bosnages. 87290. RANCON (LIMOUSIN)

TARIFS : **900 €** pour chambre **1 pers** tout compris

750 € pour chambre de **2 pers** et **(+)** tout compris

500 € tout compris à partir de la **2^{ème} pers /même famille**.

**Programme de Stage de Médecine Holistique et Globale
au Monastère Bouddhique Tùng Lâm Linh Sơn International
N°18 les Bosnages – 87290 RANCON (Limousin)**

Dimanche 16-10-2022	Lundi 17-10-2022	Mardi 18-10-2022	Mercredi 19-10-2022	Jeudi 20-10-2022	Vendredi 21-10-2022	Samedi 22-10-2022	Dimanche 23-10-2022
	7h30 Petit déjeuner	7h30 Petit déjeuner	7h30 Petit déjeuner	7h30 Petit déjeuner	7h30 Petit déjeuner	7h30 Petit déjeuner	7h30 Petit déjeuner
	8h30-11h Pratique du Qi Gong	8h30-11h Pratique du Qi Gong	8h30-11h Pratique du Qi Gong	8h30-12h Sortie, cueillette des champignons	8h30-11h Pratique du Qi Gong	8h30-11h Pratique du Qi Gong	8h30-11h Révision générale de Qi Gong et Do-In
	11h45 Déjeuner	11h45 Déjeuner	11h45 Déjeuner	12h-14h Pique nique sur place 14h-16h Visite guidée du Jardin botanique de L'OR DES SIMPLES	11h45 Déjeuner	11h45 Déjeuner	11h45 Déjeuner
Accueil des participants à partir de 15h	14h-17h Pratique du Qi Gong Marche méditative	14h-17h Pratique du Qi Gong Marche méditative	14h-17h Pratique du Qi Gong Marche méditative	16h30-18h Pratique du Qi Gong	14h-17h Pratique du Qi Gong Marche méditative	14h-17h Pratique du Qi Gong Marche méditative	FIN DU STAGE
18H15 Dîner	18H15 Dîner	18H15 Dîner	18H15 Dîner	18H15 Dîner	18H15 Dîner	18H15 Dîner	
19h30-21h Présentation théorique du Qi Gong	19h30-21h Rencontre avec le Vénérable Thích Trí Thuyên Méditation	19h30-21h Micronutrition les boosters d'Energie	19h30-21h Les bienfaits de la méditation Méditation de Pleine conscience	19h30-21h Action des champignons sur la Santé	19h30-21h DO-IN assis et debout	19h30-21h Méditation taoïste	