

## STAGE « Au cœur du vivant »

Dates : du vendredi 27 octobre 2023 15h au lundi 30 octobre 2023 11h.



Dans un lieu privilégié en pleine nature au cœur des Monts d'Ardèche :

### LE BOIS D'EDEN

Les Sagnes - Chemin du Chastagnier – 07140 MONTSELGUES (1h30 d'ALES)

C'est un endroit fort énergétiquement, pour s'enraciner, s'alléger, s'émerveiller et écouter.

#### PRATIQUE :

Qi gong – Méditation – Massages – Randonnées – tous les outils seront adaptables en fonction des besoins individuels et collectifs.

Vivre ensemble ce temps en immersion totale avec notre nature et celle environnante.

**Stage pour 5 personnes (capacité du gîte 6 personnes) :**

Coût total (repas non compris à prévoir) : gîte 3 nuits + enseignements = 190 euros.

**Inscription** : envoyer feuille d'inscription avec Nom / Prénom / Téléphone / Adresse postale et Adresse mail, à **Marie-Cécile BASTIDE, 14 avenue JOLIOT CURIE -Bat 4 C - 30100 ALES,** accompagnée d'un chèque d'acompte de 100 euros.

Stage organisé par Marie-Cécile BASTIDE (professeure diplômée de Yang Shen Qi Gong (I.E.Q.G Yves Requena), professeure de danse, brevet d'éducateur sportif, formation accompagnante bénévole en soins palliatifs).

RENSEIGNEMENTS : [bastidemariececile@gmail.com](mailto:bastidemariececile@gmail.com) et/ou téléphone : 06-29-42-00-46