



Association
OCÉAN D'ÉTOILES

STAGE DE ZHI NENG QI GONG

avec MAÎTRE ZHOU JING HONG

20, 21, 22 et 23 juin 2019

Saint-Georges de Didonne

Ouvert à tous

Programme : Zhi Neng Qi Gong

- **4^{ème} méthode : travail sur le méridien central**

S'ancrer dans la terre, approfondir ses racines, gagner en stabilité. Concentrer l'énergie et renforcer son axe central. Grandir et s'ouvrir à l'énergie du ciel.

- **2^{ème} méthode en spirale "les animaux"**

Forme en spirale pour entrer avec souplesse dans les mouvements de l'univers à travers les particularités des quatre figures animalières symboliques de la pensée chinoise.

- **Approche de la calligraphie chinoise, véritable méditation**

(Pas de matériel spécifique à prévoir)

Prix du stage

250 €, logement et nourriture restant à la charge du participant.

Dates et horaires

Début du stage : jeudi 20 juin à 9h30

Fin du stage : dimanche 23 juin à 17h

Horaires des journées

6h30-7h30 : séance matinale sur la plage

(la participation à cette séance est facultative)

9h30-12h et 14h30-17h30 : Pratique en salle ou en extérieur

Soirée méditation

Une soirée (facultative) réservée à la méditation avec un temps de paroles et d'échanges sera proposée.



Inscriptions et renseignements

France Detilleux - 05 46 06 54 96

oceandetoiles@orange.fr

www.oceandetoiles.weebly.com

Modalités d'inscription

L'inscription au stage s'effectue en envoyant le coupon d'inscription ci-dessous dûment complété ainsi qu'un chèque d'acompte de 50€ à l'ordre de l'association Océan d'Etoiles à l'adresse suivante :

Association Océan d'Etoiles
8 rue du Trésor d'Henri IV
17110 Saint-Georges de Didonne

✂ - - - - -

Bulletin d'inscription au stage de ZNQG des 20, 21, 22 et 23 juin 2019 Saint-Georges de Didonne

Nom :

Prénom :

Tél :

Courriel :

Adresse :

.....



Stage de Zhi Neng Qi Gong par M^{re} Zhou Jing Hong les 20, 21, 22 et 23 juin 2019, Saint-Georges de Didonne

Accès au lieu

Salle d'activités
Camping Bois-Soleil
2, avenue de Suzac
17110 Saint-Georges de Didonne

www.bois-soleil.com/22-acces/44-plan-d-acces.html

En voiture

- > En venant de Paris (4h50) ou de Poitiers (1h50) -
autoroute A10, sortie 35 Saintes
- > En venant de Bordeaux (1h30) -
autoroute A10, sortie 37 Mirambeau
- > En venant de La Rochelle (1h00) - par Rochefort D77

En train

Gare de Royan à 5 km
Lignes 25 et 32 : arrêt du bus à 100m du camping
(arrêt Œillet des Pins)

Possibilité de restauration sur place
(2 restaurants, plats à emporter).

Hébergement

Dans le cadre de ce stage, les participants qui le souhaitent peuvent bénéficier au camping Bois-Soleil d'hébergements de type mobil-home.

Tarifs du 20/06/19 au 23/06/19 (pour 4 nuitées) :

Cottage Mer 1 chambre : 205,28 €, soit 102,64 €/personne pour 4 nuitées
(2 personnes max., 1 chambre lit double)

Cottage Mer 2 chambres Loggia : 274,56 €, soit 68,64 €/personne pour 4 nuitées
(4 personnes max., 1 chambre avec lit double + 1 chambre avec 2 lits simples)

Cottage Mer 3 chambres Evasion : 383,84 €, soit 63,97 €/personne pour 4 nuitées
(6 personnes max., 1 chambre avec lit double + 2 chambres avec 2 lits simples)

La réservation de l'hébergement s'effectue directement auprès du camping Bois-Soleil.
Caravaning et camping également possibles.

Parc Hôtel Bois-Soleil
2, avenue de Suzac - 17110 Saint-Georges de Didonne
Tel : 05 46 05 05 94
courriel : info@bois-soleil.com
www.bois-soleil.com