

Culture-Nature-Détente à ST DENIS SUR COISE

Du Lundi 31 Juillet au Samedi 04 Aout 2023

- à la salle du stade.

Informations complémentaires sur le site : www.univers-yangsheng.com



Les matins du 31/07 au 04/08

- Qi-Gong -



de 9H30 à 11H30. Michel Granjon. Un moment de détente et de bien-être avec la pratique de différents **Qi-Gong** (voir site internet). Chaque jour un « **trésor** » de la Médecine Traditionnelle Chinoise vous sera révélé. Accessible à tous.

Prix : **15 € la séance** - Infos et inscription : **Michel**, Tel : 07 70 18 35 10



Programme des après-midi du 31/07 au 04/08

Lundi 31 à 14H30 : Atelier Yoga du rire en extérieur Autorisez vous à découvrir ou à re-pratiquer cette activité collective joyeuse, accessible à tous, qui procure un bien être physique, mental et social. Prix : **20 € Liliane POMEON** Tel : 06 84 22 85 84

17H : Conférence Le fonctionnement des deux hémisphères du cerveau

Prix : **10 € Liliane POMEON** Tel : 06 84 22 85 84

Mardi 1 à 13H30 : Atelier Jeûne et mono diètes Face à l'omniprésence de l'abondance, préservez son équilibre de santé ! Bienfaits et bonnes pratiques.

Prix : **25 € Veronique Pontvianne naturopathe** Tel : 07 86 42 44 59

16 H : Atelier conserver sa vitalité Les clés pour cultiver la vitalité et le bien être, et les conserver ! Conseils et astuces naturelles pour une pleine santé.

Prix : **25 € Veronique Pontvianne** Tel : 07 86 42 44 59

Mercredi 2 à 14H : Atelier « Les plantes sauvages ne poussent pas par hasard. Elles sont le reflet de l'état de santé des sols. Elles soignent la terre, les hommes et les animaux qui y vivent » Prix **18 € Estelle Decrozant, Paysanne / herboriste** Tel : 06 65 75 77 70

Jeudi 3 à 14H 30 : Atelier-conférence sur l'hypnose thérapeutique

Découvrez le pouvoir de l'inconscient, vivez des expériences hypnotiques outils simples et repartez avec quelques outils simples pour votre mieux-être.

Prix : **20 € Pauline Berne patricienne hypnose** Tel : 06 20 17 84 91

Vendredi 4 à 14H30 : Atelier De votre cœur à vos mains, vous créez un objet issu de votre propre intuition. Faites votre propre création

Prix : **28 € Véronique Giouve arthérapeute** Tel : 06 43 98 00 99

18H : OM CHANTING « inutile de savoir chanter, accessible à tous » Prix : **Participation libre. Liliane POMEON** Tel : 06 84 22 85 84

Programme à la carte. Inscrivez-vous par téléphone auprès de l'intervenant concerné. Paiement sur place.

Impression par nos soins