



Les jeudis matin de pratique assise  
Daoyin, respiration, méditation  
En visioconférence

Bulletin d'inscription

**A retourner à : Violaine LELOUP**

12 C Chemin du Rey, 07 200 Labégude

[v\\_loup@hotmail.com](mailto:v_loup@hotmail.com), 06 17 27 21 17

Les pratiques de daoyin, conduite de l'énergie et étirement, préparent le corps à l'assise immobile, mettent l'énergie en mouvement dans le corps, assouplissent le corps, amènent toute notre attention dans le corps et ainsi préparent l'esprit à la méditation. Les exercices respiratoires permettent de mobiliser et réguler l'énergie des différents organes, de libérer et débloquent les souffles dans tout le corps, de renforcer le champ énergétique interne et autour de nous. La méditation nous permet d'apaiser notre mental et notre esprit, de développer nos capacités d'observation intérieure et ainsi de mieux comprendre les processus de fonctionnement interne et de nous rapprocher de notre nature véritable.

**Dates** : jeudis 4, 11, 18, 25 mai et/ou 8, 15, 22, 29 juin 2023

**Horaires** : 6h30 – 7h30 (matin)

**Lieu** : visioconférence

**Tarif** : 40 € pour les 4 dates de mai ou les 4 dates de juin, 70 € pour les 8 dates + 15€ d'adhésion annuelle à l'association Qingyuanqiao (par chèque ou virement)

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Tel. Domicile : ..... Tel. Portable : .....

Courriel : .....

Pour être inscrit, vous devez faire parvenir avec le bulletin d'inscription un chèque d'un montant de 55€ ou 85€ € à l'ordre de "Association qing yuan qiao", 7 jours avant le début des cours (possibilité de faire un virement). Dans le cas où le nombre de participants inscrits à une série de cours serait insuffisant, nous nous réservons le droit de de le reporter ou de l'annuler. Vous auriez alors un avoir sur d'autres dates ou seriez intégralement remboursé, sans aucun autre dédommagement.

J'atteste avoir pris connaissance des conditions d'inscription et en accepter les modalités.

Fait à ....., le .....

Mention manuscrite : Lu et approuvé

Signature