



Bulletin d'inscription et d'adhésion  
Pratique énergétique et méditative matinale – juillet-août 2024  
En visioconférence

A retourner à : **Violaine LELOUP** - 12 C Chemin du Rey, 07 200 Labégude  
[v\\_leloup@hotmail.com](mailto:v_leloup@hotmail.com), 06 17 27 21 17

### Daoyin, respiration, méditation

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 accueillir nos émotions, comprendre nos processus de fonctionnement interne et de nous rapprocher de notre nature véritable.

**Dates** : jeudis 4, 11, 18, 25 juillet et/ou 1<sup>er</sup>, 8, 15, 22 août 2024

**Horaires** : 6h30 – 7h30 (matin)

**Lieu** : visioconférence

**Tarif** : 40 € pour les 4 dates de juillet ou les 4 dates d'août, 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 serait insuffisant, nous nous réservons le droit de le reporter ou de l'annuler. Vous auriez alors un avoir sur d'autres dates ou seriez intégralement remboursés, 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