



Stage Art du Chi avec jour de l'an.

3 jours pour les Fêtes de fin d'année
samedi 30, dimanche 31 & lundi 01 janvier 2018



L'ART DU CHI
Méthode Stévanovitch

Thème du séjour : Revitalisation par le Chi Enseignants Anne-Marie Vessylier & Thierry Chastaing

Enseignants professionnels et complémentaires, ils vivent et travaillent ensemble depuis plus de 20 ans et vous proposent la quintessence de leur expérience. Ils utilisent une pédagogie accessible à chacun quelque soit son expérience de la pratique. voir le site : www.artduchi-alpesbourgogne.com

*Détente, Bienveillance, Justesse, Présence à soi, Unité, Sérénité
à travers Qi Gong, Méditation, Tai Ji Quan & relaxation.*

Depuis plusieurs années, un stage de fin d'année permet aux pratiquants de l'Art du Chi de se retrouver dans une ambiance chaleureuse pour vivre « différemment » ce passage à une année nouvelle. Nous avons choisi un lieu simple et accueillant situé dans la montagne Jurasienne ; **le gîte de la Voix des Carpates**. Nous apprécions de nous y retrouver régulièrement lors du cycle de formation personnel. Sa propriétaire Valérie, nous accueille avec son grand coeur et sa nourriture végétarienne.



Le stage est ouvert à tout pratiquant quelque soit son niveau, nous explorerons particulièrement **les outils de la Revitalisation**.

- l'**engagement du TanTien**, siège énergétique principal du corps.
- la **circulation du Chi** dans les différents centres énergétiques secondaires.
- la **libération de la respiration** dans les différents étages respiratoire.
- l'**utilisation des sons enregistrés porteurs de Chi** dans des buts de détente, de régénération et de circulation du Chi.
- le **mouvement lent et conscient** dans la pratiques des exercices et de la forme du Tai Ji Quan.

*« La joie n'est pas le monopole ni du cœur, ni de la tête, mais de tout le corps,
de tous les muscles... C'est la liberté que mon corps touche... »*

Pierre Boogaert, Formateur au Québec.

Le gîte de la Voix des Carpates offre une salle de pratique de 90m2, 7 chambres chaleureuses et un large espace extérieur. (photo de la salle en question en haut) En bandeau supérieur, une photo réalisée lors du stage du jour de l'an dans la Drôme en 2013.



le Gîte, la pièce d'entrée,
la soirée du 31 lors d'un stage
précédent.

- quatre cours par jour entre 9h30 et 18h30.
- soirée partage, soirée créative et festive du 31 décembre.
- alternance des enseignants et des cours Chi / Tai Ji.
- pratique en extérieur si les conditions météo le permettent.

Le lieu :

Le gîte de la Voix des Carpates est situé entre deux monts dans une vallée paisible et préservée bercée par la rivière d'Ain à 1h15 de Lyon et de Genève. C'est un endroit pour se réunir, se ressourcer, apprendre sur soi et découvrir une autre région. C'est un endroit dans lequel vous serez accueillis.

- **Durée enseignement** : du samedi 30.12 (9h00) au lundi 01.01 (16h30)

- **Durée l'hébergement** : du vendredi 29.12 (17h/18h) au lundi 01.01 (17h00)

- **La restauration** : la nourriture est végétarienne, locale et majoritairement bio. La priorité est de servir un repas en cohérence avec le respect de la terre et l'enchantement des papilles.

Tarifs :

Enseignement : **190 €/stage**

pour inscription avant le 10.12 - après le 10.12 : 210 €

Hébergement en pension complète : du vendredi 18h au lundi 17h.

156 €/stage

3 chambres avec 2 lits, 2 chambres avec 3 lits et 2 chambres avec 4 lits.

Sanitaires communs - 3 douches, 3 WC & 8 lavabos.

- Attribution des chambres par ordre d'inscription
- la literie est fournie. apporter votre linge de toilette.
- Gîte avec accueil chaleureux et familial.
- chaque stagiaire apporte un petit cadeau qui symbolise ces vœux pour cette nouvelle année.
- groupe limite à 18/20 stagiaires maximum.

Inscription à envoyer à T. Chastaing 23, route d'étrembières 74100 ANNEMASSE - FR



Anne-Marie Vessylier
& Thierry Chastaing

Toutes informations sur la pratique et les stages.

www.artduchi-alpesbourgogne.com

tel : 06 07 97 24 56



Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code postal : _____ Ville : _____

Pays : _____ Tél : _____

e-mail : _____

Je m'inscris au stage de fin d'année 2017 en versant la somme de 100 € à l'ordre d' Anne-Marie Vessylier.
(les chèques de réservation ne seront pas encaissés avant le début de stage)

Date

signature