

# Stage de Qi Gong

11 & 12 juillet

9h30 – 17h30



Domaine de la Garde – Chemin des Narcisses  
01000 Bourg-en-Bresse

Animé par Ravi Godara – École de la Grue Blanche

Diplômé CQP Qi Gong

## Ouverture du Cœur



Un temps pour ralentir, respirer,  
s'ancrer et revenir à ses sensations.

À travers le Qi Gong, nous cultiverons  
la présence, l'écoute des émotions,  
l'enracinement et la libre circulation  
du Qi.

Dans une atmosphère simple et  
bienveillante, nous nourrirons la  
paix intérieure pour la laisser  
rayonner autour de nous.



Ouvert à  
tous

Prix:  
**80** euros la journée  
ou **150** euros le weekend



Renseignements :  
**Sandrine Rival 0613563240**

