

Lieu du stage et de l'hébergement

Centre St Joseph - 26400 ALEX

Informations sur le lieu : www.accueil-alex.org

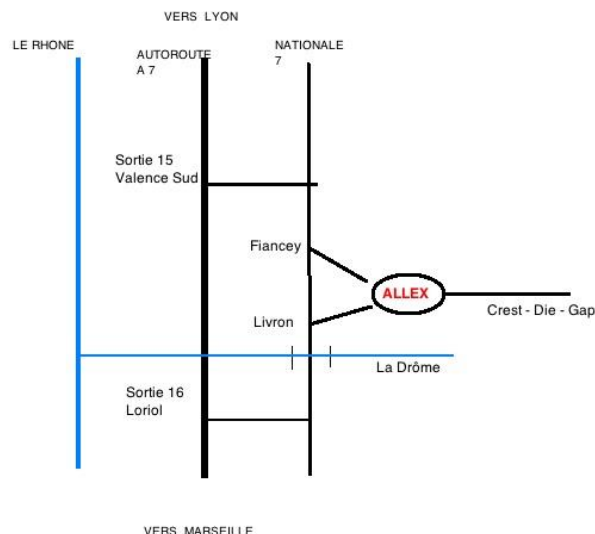


SNCF : Gares de Valence TGV et Valence Ville - avertir de votre heure d'arrivée afin que l'on puisse venir vous chercher à la gare

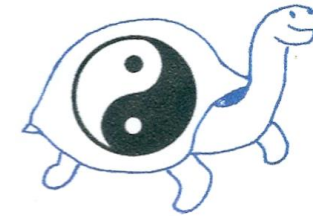
En voiture : Si on vient du **Nord**, autoroute sortie Valence Sud n°15 direction Montélimar, à Fiancey (12km) direction Alex (7km).

Si on vient du **Sud**, autoroute sortie Loriol, n°16 direction Livron (5km)) puis à Livron direction Alex (6km)

Coordonnées GPS : latitude 44.763893 – longitude : 4.9164



Taiji & Qi Gong Grangeois



Stage d'été 2025

QI GONG

à Valence

Accueil St Joseph 26400 ALEX

**du samedi 9 au mardi 12 août
(soit 4 jours)**

Nous avons la chance de recevoir à nouveau

le Docteur LIU DONG

Diplômé de la Faculté de M T C de Pékin,

Docteur en Médecine aux Etats Unis

Maître de Recherche aux Etats Unis

Fondateur de l'école Ling Gui



Avec lui, nous irons à la source du Qi Gong

Bulletin d'inscription au stage

Je m'inscris au stage de Qi Gong du 9 au 12 août 2025 (4 jours)

Nom : ----- Prénom : -----

Adresse : -----

Code postal : ----- Ville : -----

Profession : ----- Sexe : M/F

Tel : ----- E-mail : -----

Pour l'hébergement, contactez directement le Centre d'Accueil St Joseph au 04 75 62 72 00

**TARIFS pour 3 nuits,
avec petit déjeuner +draps +serviettes de toilette +taxe de séjour,**

-Pension complète nouvelle chambre simple avec sanitaires : 293,64 €
+47,88 € si arrivée la veille (+12€ si repas du soir)

-Pension complète, box/dortoir avec sanitaires communs : 226,64€
+24,88€ si arrivée la veille (+12€ si repas du soir)

-Externat : 4 repas de midi + pauses + salle : 113 €

-Externat : 3 repas du soir + pauses + salle : 85 €

-Externat : 4 repas midi +3 repas soir + pauses + salle : 149 €

-Externat sans repas (pauses + salle) : 49 €

Les régimes sans gluten et végétariens sont pris en compte ; merci de l'indiquer lors de la réservation de votre hébergement en précisant pour le régime végétarien si œufs ou poisson.

Merci de joindre à votre inscription

un chèque du prix du stage, 380€ ou 300€, émis à l'ordre du TQGG
et qui sera retiré après le stage.

Pour faciliter l'organisation, nous vous invitons à vous inscrire
avant le 15 juillet

Prix du Stage : 380 €

(300 € pour les adhérents au TQGG)

Le bulletin d'inscription au stage ainsi que le chèque du coût du stage sont à adresser à :

Taiji & Qi Gong Grangeois

950, Bd Charles de Gaulle
07500 Guilherand-Granges

e-mail : tqgg@free.fr

tél. : 06 86 97 75 71

PROGRAMME

Du samedi 9 au mardi 12 août

- **Méditation Chan** (chaque matin avant le petit-déjeuner, de 7h à 8h00)
- **Qi Gong des Cinq Grues** (méthode pour fortifier les poumons et renforcer l'immunité)
- **Qi Gong du Dragon Jaune** (méthode pour fortifier l'énergie de la rate.
En pratiquant ce qi gong, nous revitalisons cette énergie essentielle, renforçant ainsi notre lien avec l'élément Terre et stabilisant notre bien-être global,)

-samedi 9 : accueil à partir de 13h00 - puis 14h/19h

-dimanche 10 : méditation 7h/8h - puis 10h/12h et 15h30/18h30

-lundi 11 : méditation 7h/8h - puis 10h/12h et 15h30/18h30

-mardi 12 : méditation 7h/8h - puis 9h/12h et 14h00/16h30

[Les horaires sont susceptibles d'être éventuellement modifiés par le Dr LIU Dong]