

**Union Pro Qi Gong**  
propose un stage animé par  
**Hélène ZIMMERMANN**  
**"La place du postural, du  
mouvement et de l'assise dans  
la pratique du Qi Gong"**  
Stage en résidentiel les 11 et 12 juin 2022  
à Camarès  
**au gîte de Faragous**



## **Hélène Zimmermann**

Enseignante de Qi Gong, elle enseigne en Cévennes depuis 1997 ainsi qu'en Ardèche, à Paris et à l'étranger.

Elle est formatrice à l'Institut Européen de Qi Gong, école de formation agréée par l'Union Pro.

Elle pratique également le Tai Ji Quan, s'est formée au massage et exerce en tant que thérapeute depuis 2007.

Elle est membre des jurys d'examen de l'Union Pro Qi Gong FEQGAE.

## **La place du postural, du mouvement et de l'assise dans la pratique du Qi Gong**

Jing Qi Shen, les « 3 trésors » sont un...

Comme le sont statiques, mouvements et méditation, qui se complètent, découlent et s'inspirent l'un de l'autre, s'unissent dans la pratique ...

Développer la force du rein, trouver posture juste et stabilité dans la détente , échanger avec les 10 000 êtres, se mouvoir, dense et subtil, se poser, laisser s'installer espace, calme, immobilité vivante

...



**Stage avec Hélène ZIMMERMANN  
organisé par l'Union Pro Qi Gong  
11 et 12 juin 2022  
Stage résidentiel en région, ouvert à tous**

**« La place du postural, du mouvement et de l'assise dans la pratique du Qi Gong »**

Ce stage est organisé en Aveyron à Camarès, un lieu de recueillement, un lieu d'inspiration et de création. C'est un stage résidentiel ouvert à tous, les enseignants et leurs élèves (avancés).

**Horaires :**

Début du stage, accueil, vendredi 10 juin à partir de 18h : présentation.

Si vous souhaitez participer au stage mais ne pouvez être là le vendredi soir merci de nous contacter avant votre inscription.

Samedi : de 9h-12h30 et de 15h-17h30

Dimanche : 9h-12h et 14h-16h30

Le nombre de personnes est **limité à 20**, les inscriptions se feront par ordre d'arrivée au secrétariat. **POUR FACILITER L'ORGANISATION DU STAGE, nous vous remercions d'envoyer votre inscription le plus tôt possible.**

**- Coupon à envoyer au plus tôt au secrétariat -**

**Je m'inscris au stage avec Hélène ZIMMERMANN**

Au gîte de Faragous, 12 360 CAMARES

Nom et prénom: .....

Tel : (portable)..... Mail : .....

Pour vous inscrire, nous vous remercions d'envoyer au secrétariat 1 chèque :

- Un chèque de 160 euros tarif adhérent à l'UNION PRO, 210 EUROS tarif non-adhérent à l'UNION PRO pour les 2 jours d'enseignement.

Hébergement : Vous prenez directement contact avec le gîte de Faragous (coordonnées au bas de la seconde page). Vous trouverez des informations sur les tarifs et les conditions d'accueil sur la seconde page.

ATTENTION, nous nous conformerons aux mesures sanitaires adoptées pour lutter contre la propagation de la Covid 19.

**Règlement par chèque, à l'ordre de « Union Pro Qi Gong »  
envoyé Le plus tôt possible au secrétariat : Union Pro Qi Gong  
L'Estérel -A- 43, av Paul Cézanne  
13090 AIX EN PROVENCE  
Tel. 04 42 93 34 31 Email : [unionproqigong@free.fr](mailto:unionproqigong@free.fr)**



## Hébergement Informations sur les tarifs et les conditions d'accueil

### Le grand gîte :

- une chambre de 2 lits : 21€/nuit/pers
- une chambre de 4 lits (dont 1 superposé) : 18€/nuit/pers
- un dortoir de 6 lits superposés : 17 €/nuit/pers

Chaque chambre est équipée d'une salle de bain.

### Le moyen gîte :

- une chambre de 2 lits : 21€/nuit/pers
- une chambre de 3 lits dont un en mezzanine : 21€/nuit/pers

Les toilettes et la salle d'eau sont partagés.

### Frais à partager entre les stagiaires :

Ménage : 190€

Taxe de séjour : 0.35€/nuit/pers

### Restauration :

Tarifs pour le week end du 11 et 12 juin 2022 pour au moins 12 personnes :

Les repas sont végétariens, et préparés avec des produits locaux et de saisons.

Samedi : petit déjeuner, repas du midi (entrée, plat, fromage) et du soir (entrée, plat, dessert)

Dimanche : petit déjeuner, repas du midi (entrée, plat, fromage)

Total : 55 € par personne pour le week end

Pour plus d'informations, merci de consulter le site du gîte de Faragous :

<https://www.faragous.com/>

## **LIEU ET ACCÈS**

Sylvie Coulomb

Gîtes de Faragous

12360 Camarès

Site : <https://www.faragous.com/>

[gite@faragous.com](mailto:gite@faragous.com)

Tel : 06 67 68 54 20

## **COVOITURAGE**

Vous pouvez vous inscrire sur le bon de réservation ou/et sites de covoiturage sans commission [Mobicoop](#) [La roue verte](#)

