

DU POINT A LA LIGNE

Un cheminement intégrant le travail corporel basé sur le Tai Chi et l'expression artistique pour trouver les points d'ancrage et pour libérer le mouvement...

...dans un cadre idéal pour se retrouver face à soi, grâce à un travail corporel et artistique adapté aux inexpérimentés.

Imaginez un temps d'observation, de présence dans l'instant, des plages d'expression pour transformer en beauté d'une manière personnelle, ce que la vie, la nature nous a donné.

Pour vous accueillir

Ghislaine Sprecher

Le Val d'Aoste m'offre un lieu pour être, écrire, évoluer et aimer.

Je ne peux que me réjouir de partager cet espace et les enseignements reçus dans la pratique du Tai Chi.

Michel Stucky

Mon travail personnel et la transmission de mes connaissances

artistiques m'ont offert la découverte d'un regard nouveau sur le monde qui nous entoure et d'ouvrir une voie de compréhension entre univers intérieur et perception extérieure.

Les yeux sont les fenêtres de l'âme.

Je vous propose d'en faire l'expérience et me réjouis de ce partage.

Dates : Du Jeudi 5 septembre au Dimanche 8 septembre 2024

Lieu : Fromy (1640m) au col de Joux Aoste, Commune de St Vincent
(un plan d'accès vous sera transmis après inscription)

Nombre de participants : 6 personnes au maximum

Hébergement : La maison que vous découvrirez sur facebook sous l'adresse Fromy dispose de deux chambres avec lits matrimoniaux, d'une chambre avec un lit à étages, d'une mezzanine avec deux matelas au sol, d'une yourte avec deux lits, d'une salle de méditation ou de travail et d'un espace salon cuisine salle à manger. Il y a huit mille mètres de terrain et un cadre de nature époustouflant.

Programme :

Jeudi 5

Arrivée, accueil, installation et apéritif (15h00-16h00)

Marche (16h30-18h30)

Repas (19h00)

Méditation (20h30)

Vendredi 6 et samedi 7

Lever, jus de fruits frais, Qi gong et courte méditation (7h30)

Petit-déjeuner (8h30)

Travail corporel et artistique (10h15)

Dîner (12h30)

Travail corporel et artistique (16h00-18h00)

Souper (19h15)

Recueillement et méditation (21 heures)

Dimanche 8

Lever, jus de fruits frais, Qi gong et courte méditation (7h30)

Petit-déjeuner (8h30)

Travail corporel et artistique (10h15)

Dîner (12h30)

Chaque fois que vous exprimerez l'amour, vous exprimez la joie du Ciel.

Tarifs

Sont inclus la nourriture et l'hébergement

450 euros par personne 800 pour un couple

Inscription :

Nom :Prénom :

**S'engage à participer à ce stage en versant
200 euros d'arrhes au compte suivant :**

**Banque Raiffeisen du Haut-Plateau 3963 Crans-Montana
Pour Sprecher Ghislaine 29 Rue Général Guisan 3963 Montana
CH44 8080 8008 4683 4093 9**

Allergies ou intolérances à signaler :

En cas d'annulation de stage, les arrhes vous seront reversées.