



Sandrine WEBER
Professeure diplômée Faemc



STAGE DE QI GONG

29 & 30 JUIN 2024



Programme:

- Enchaînement du **"Qi Gong de la Vertu"**
- Exercices corporels
- Tranquillité de l'esprit, le silence intérieur
- La respiration des trois muscles : harmoniser et se ressourcer par le souffle vital

185€

(cours, repas et collations)



Abbaye de Marbach,
68420 Obermorschwihr

sandrineweber.91@gmail.com
06.82.22.10.17
<https://sandrineweber91.wixsite.com/qi-gong>



Sandrine WEBER
Professeure diplômée Faemc



STAGE DE QI GONG

15 & 16 JUIN 2024



Programme:

- Enchaînement des 18 mouvements de Tai Ji Qi Gong "Shibashi"
- Exercices corporels
- Tranquillité de l'esprit, le silence intérieur
- La respiration des trois muscles : harmoniser et se ressourcer par le souffle vital

185€

(cours, repas et collations)



Abbaye de Marbach,
68420 Obermorschwihr

sandrineweber.91@gmail.com

06.82.22.10.17

<https://sandrineweber91.wixsite.com/qi-gong>



Sandrine WEBER
Professeure diplômée Faemc



STAGE DE QI GONG

18 & 19 MAI 2024



Programme:

- Enchaînement du Qi Gong **"Le souffle du vent"**
- Exercices corporels
- Tranquillité de l'esprit, le silence intérieur
- La respiration des trois muscles : harmoniser et se ressourcer par le souffle vital
- **Danses collectives méditatives** dirigées par Anne Oertlin : se laisser bercer et porter pour ressentir l'unité.

185€

(cours, repas et collations)



Abbaye de Marbach,
68420 Obermorschwihr

sandrineweber.91@gmail.com

06.82.22.10.17

<https://sandrineweber91.wixsite.com/qi-gong>