



TAICHIDO

SEMAINE D'ÉTÉ

du 24 au 29 juillet 2023

Une semaine pour pratiquer, dedans comme en plein air, les bases, les formes, les armes éventuellement.

Une semaine pour :

- goûter la simplicité de l'instant
- se connecter avec l'espace, la lumière, le silence...
- recontacter fluidité, vitalité, joie d'être.

Si tu as des questions et pour t'inscrire :
walliscate@gmail.com ou 032 323 40 24



Toutes les infos et des images sur :
www.taichido.ch Stages / Semaine d'été



Le stage a lieu à Échay, dans le Jura Français près de Salin-les-Bains, c'est à environ 2h15 de voiture de Bienne ou de Lausanne. Nous logerons dans une simple et belle maison, dans des chambres de deux ou trois personnes.

Amener : Des oreillers sont à disposition ainsi que des couvertures. Vous pouvez prendre votre bon sac de couchage et un drap si vous le préférez. Prévoyez des vêtements confortables et quelque chose de chaud, dans le Jura les soirées peuvent quelques fois être fraîches... Des chaussures pour le taichi à l'extérieur et des chaussures plus fines pour pratiquer à l'intérieur sur un sol en bois. Un maillot de bain, pour la source ou la rivière et les Thermes de Salins, si un jour de pluie nous y pousse... les Thermes sont à 20 min de la maison.

Pour y aller : En voiture, "on se groupera" ou en train. Cela sera précisé au dernier moment.

Pour la cuisine... on se réglera avec une cuisine végétarienne, bio, ayurvédique, naturelle, créative et joyeuse ! Inès sera là !

Prix du stage : Prix de la semaine, logement et repas compris.

Pour les membres du TAI-CHI DO : Frs 1.150.-

Pour les non-membres : Frs 1.210.-

(Il est possible de payer le stage en deux ou trois versements.)

Inscriptions : Pour que les lieux restent confortables, le groupe est limité à 14 personnes. Les inscriptions sont prises en compte dans l'ordre d'arrivée.

Bienvenue !

NEVER FORGET BEGINNERS MIND!

Ouvrir et relier...

Il y a le Tai chi comme menu principal, nous pratiquons les bases, Reeling Silk et les formes selon les besoins des participants.

Il y aura aussi des moments de méditation, de chant harmonique, des étirements, des massages, et pour ceux/celles qui en auront l'envie, un temps de chant l'après-midi,... **vibrer, résonner et chanter des mantras**. Pour le bonheur de vibrer et de résonner, et de ressentir et vivre le **CHI** d'une autre façon!

Tu trouves des photos des stages sur

www.taichido.ch



Voilà, ne reste plus qu'à m'envoyer ton inscription !
walliscate@gmail.com

