

# ***STAGE YOGA ET QI GONG***

***2 jours pour accueillir l'énergie d'hiver  
dans le calme et l'intériorisation***

**Du Jeudi 8 décembre 2022 (soir) au  
Samedi 10 décembre 2022 (17h)**

**Au programme :**

**Enseignements et Enchaînements de Qi Gong et de Yoga,  
basés sur l'Élément Eau et le renforcement  
de l'Énergie Rénale, notre Essence profonde  
Explorations, Méditations, Relaxations**

***Dans un lieu serein et accueillant à Samoëns, au Dojo de la Piaz  
(<https://contactledojo.wixsite.com/dojodelapiaz>)***

***Prix du stage :***

- ***Enseignement (en Yoga par Flora RICHARD  
et en Qi Gong par Marie Anne GROROD) :***  
***Groupe de 10/11 personnes : 220 Euros par personne,  
Groupe de 12/15 personnes : 200 Euros par personne,  
Groupe de + de 15 personnes : 180 Euros par personne,***
- ***+ Hébergement en chambre partagée et pension complète (du dîner du jeudi  
au déjeuner du samedi) : 205 Euros par personne en chambre de 2***

***Si vous souhaitez participer, merci de nous renvoyer le bulletin d'inscription.***

***Marie-Anne GROROD***  
***0680482879***  
***[ma.grorod@orange.fr](mailto:ma.grorod@orange.fr)***

***ou*** ***Flora RICHARD***  
***0682889845***  
***[flora.richard@me.com](mailto:flora.richard@me.com)***

## BULLETIN D'INSCRIPTION

### Au stage 2 JOURS YOGA/QI GONG

Animé par Flora RICHARD  
Et Marie-Anne GROROD

du Jeudi 8 décembre 2022 (Arrivée entre 17h30 et 19h)  
au samedi 10 décembre 2022 (vers 17h)

Nom : .....

Prénom : .....

Adresse postale : .....

.....

.....

Mail : .....

Téléphone : .....

Chambre double ou triple (entourer votre choix, selon disponibilité)

Date :

Signature :

---

Règlement : acompte à l'inscription de :

- 115 euros par chèque à l'ordre de « Symbiose de Saveurs » à envoyer à :
  - Flora Richard, 165 route des Udrezants, 74110 Morzine
  - Ou :
  - Marie-Anne GROROD, 36 chemin des Harpes, La Maison Bleue,  
74200 Thonon les Bains
- Règlement à votre arrivée sur place, prévoir 3 chèques (un pour l'hébergement, et 2 pour l'enseignement) ou des espèces.