



## **Retraite de Qi Gong, Soins et Méditation en Inde**

**Hyderabad (Telangana), Inde**

**15 au 29 janvier 2023**

Nous avons la joie de vous annoncer la programmation d'un stage énergétique et spirituelle en **Inde** cet hiver : un séjour ressourçant dans un Ashram (éco site) à Hyderabad. Pratiquer l'essence des trois méthodes de Zhi Neng Qi Gong pour nourrir l'énergie vitale, explorer une méthode complète de méditation centrée sur le cœur pour élever le niveau de conscience, participer à un grand rassemblement spirituel, assister aux concerts de la musique traditionnelle indienne et expérimenter des soins ayurvédiques... tout en s'immergeant dans une atmosphère extrêmement subtile, pour une transformation profonde...

### **Itinéraire prévisionnel du groupe**

Vols Lyon-Dubai-Hyderabad aller-retour, le groupe voyagera ensemble

### **Programme prévisionnel de cette Retraite**

Deux sessions de méditation quotidiennes avec les pratiquants de l'Ashram (45'/session et 1h30'/jour). Possibilité de suivre aussi des séances individuelles avec des formateurs.

Pratique du Zhi Neng Qi Gong matin et après-midi (4h/jour).

Pratique des soins énergétiques (1h/jour).

Enseignement et échanges sur le Qi Gong et sur la spiritualité (30'/jour).

Soins ayurvédiques en option dans le centre de bien-être sur le site de l'ashram

Visite d'Hyderabad pendant une journée.

**Tarif du séjour pour 13 jours et 13 nuits : 1600 €** (hors le prix des vols internationaux : 900 € environ).

Montant de l'acompte à l'inscription : 600 €.

### **Ce tarif comprend :**

- Transferts regroupés Aéroport d'Hyderabad-Ashram par taxi ;
- Séjour à l'Ashram en pension complète. Chambre double dans appartements ou hôtels tout confort ; Repas végétariens indiens et boissons non alcoolisées dans restaurants) ;
- Sortie d'une journée à Hyderabad pour visites des temples : taxi et déjeuner ;
- Frais pédagogiques pour les professeurs.

### **Vous serez accompagnés par Yan Rieu et Ravi Godara pendant votre Séjour en Inde**

Chaque participant réserve ses billets d'avion au plus tôt afin de ne pas subir les hausses des prix.

Les détails des vols vous seront communiqués après votre inscription (voir page 2)

**Demande de e-visa tourisme en ligne** : les info vous seront communiquées après votre inscription.

**Mesures sanitaires applicables** : depuis le 01/08/2022, vaccins et tests ne sont plus demandés.

**Climat en janvier dans la région d'Hyderabad** : temps sec et ensoleillé, température entre 25° et 29°.

**Une retraite ouverte à tous et le nombre de participants est limité**

**Fin d'inscription : 31 octobre 2022**

## Fiche d'Inscription à la Retraite de Qi Gong, Soins et Méditation en Inde

### Hyderabad (Telangana), Inde

15 au 29 janvier 2023

Monsieur / Madame (entourez svp)

Nom et Prénom (comme indiqués sur votre passeport) \_\_\_\_\_

Date de naissance \_\_\_\_\_

N° de passeport \_\_\_\_\_

(Nous vous rappelons que la date d'expiration de votre passeport doit être supérieure à 6 mois après la date de retour en France)

Pratiquez-vous le Qi Gong et La Méditation ? Si oui, depuis combien de temps ?

Pratiquez-vous d'autres arts corporels ? Indiquez lesquels svp \_\_\_\_\_

Adresse en détails \_\_\_\_\_

Téléphone fixe \_\_\_\_\_ Téléphone portable \_\_\_\_\_

Email \_\_\_\_\_

Personne à contacter en cas d'urgence :

Nom et prénom \_\_\_\_\_ N° de portable : \_\_\_\_\_

Je joins à la fiche d'inscription une copie du passeport en cours de validité.

Une fois la présente fiche remplie et signée, veuillez nous la renvoyer par email accompagnée de la copie du passeport à l'adresse suivante: [secretariat@lagrueblanche.com](mailto:secretariat@lagrueblanche.com)

Renseignements par téléphone portable (pas de sms svp) : 06 95 43 08 58.

J'ai bien noté que le prix total de cette retraite est de 1600 € (hors le prix des billets d'avion et hors les frais du visa tourisme pour l'Inde).

Je m'inscris à cette Retraite en Inde qui aura lieu du 15 au 29 janvier 2023 et réglerai l'acompte de 600 € par virement dès la réception de la confirmation de mon inscription et de l'IBAN de Yan Rieu. Je payerai le solde de 1000 € par virement en respectant les échéances suivantes : 500 € avant le 30/11/2022 et 500 € avant le 31/12/2022.

Je certifie que mon état de santé me permet de faire cette retraite sans difficulté.

J'ai bien pris connaissance du programme prévisionnel ainsi que des conditions d'hébergement.

Date et signature :