

Retrouvailles Qi Gong à l'École du Qi, pour les élèves de l'École

Moment de partage de la pratique de Qi Gong et du moment présent



Comment ça fonctionne

Repas partagés

- ❖ Pour le petit déjeuner : Chacun amène en fonction du nombre de personnes qu'ils sont.
Cela ne veut pas dire qu'on ne pourra pas partager.
- ❖ Pour les autres repas et gouters :
Ceux qui peuvent apportent 1 ou 2 plats tout prêt,
et ou apportent ce que bien leurs semblent.

L'hébergement

- ❖ Chacun apporte un sac de couchage, une taie d'oreiller et 2 draps housse (90 et 140),
la répartition des chambres se fait souvent au dernier moment en fonction de la disponibilité du lieu.
- ❖ Il n'y aura pas de petite serviette ni tapis de sol dans la salle de bain. Pensez à prendre le nécessaire.

Utilisation du lieu

- ❖ Le lieu sera propre, à nous de faire attention et de le laisser tel qu'on l'aura trouvé en partant.
- ❖ À la fin du weekend, tous participent aux soins de remise au propre du lieu et de sa chambre.
(ceux qui souhaitent peuvent moyennant une contribution de 10€/chambre laisser faire le ménage)
- ❖ Veuillez prévoir de la monnaie pour la participation aux frais de fonctionnement.

La pratique

- ❖ Nous avons adopté les mêmes créneaux horaires que pendant les séminaires
1^{ère} pratique le samedi à 9h30, clôture du weekend le dimanche 16h30/17h
- ❖ En fin de weekend, nous prévoyons un programme de pratique pour les prochaines Retrouvailles.
Ce programme sera communiqué par mail aux participants.

Organisation en amont

- ❖ Dites nous aussi quand vous pensez arriver et repartir. (possibilité d'arriver la veille au soir)

Voici le récapitulatif de la généreuse proposition que nous ont fait Domie et Zef en 2016,
renouvelée pour 2019-2020

« Pour l'utilisation du lieu hors période de stage :

- Un minimum par séjour de
 - o 15€ pour le dojo
 - o 10€ par chambre
- Pour le chauffage (si nécessaire)
 - o 5€ par chambre et par jour
 - o 15€ par jour pour le dojo
 - o 10€ pour la salle à manger

et plus en fonctions de vos possibilités et si vous le trouvez juste »

Si on oublie quelque chose, n'hésitez pas de nous le dire ou demander.
Arenda et Jonathan

06.51.94.32.48 - arendavanegmond@gmail.com
06.31.32.23.14 - jonathan.loyal@orange.fr