

STAGE BA GUA et OLIVES



**Les 8 DIRECTIONS
PAS, GESTES, DEPLACEMENTS
et récolte des olives du jeudi 10
au dimanche 13 novembre.**

**Dans un joli mas en Provence
AVIGNON SUD -NOVES**

Méditation, pratique du ba gua zhang (la discipline énergétique des moines Shaolin en 8 pas - 8 bras, respiration martiale), récolte des olives (140 arbres), récitation. Logement sur place et repas végétariens.

Contact: Caroline Damour - 06 51 59 62 37 - arcalotchi@hotmail.com

**Du jeudi 10 novembre à 20 h au dimanche
à 14 h 30. 3 jours/ 3 nuits**