

Thème Prière et Qi Cong

Samedi

9h 30: Accueil & présentation du WE
Introduction au thème
Pratique du Qi-Cong
Dr Do Minh

11h : Place du corps dans la Bible
sr Catherine

12h 00 : Repas

14h 00 : Balade éco spirituelle
Sr Marie Cécile

15 h 00 : Méditation en lien avec le CCFD
4ème dim.anche de Carême : s'engager
pour la création **Sr Marie Cécile**

16 h : Pause Goûter
16h 30 Pratique du Qi-Cong
Dr Do Minh

18 h : Eucharistie dominicale

19 h 00 : Repas

20H 30 : Veillée : corps-Parole-chants

Dimanche

A partir de 8H: Petit-déjeuner

9 h 00 : Prière du matin **Sr Catherine**
Apport biblique (suite)

10 h 30 : Pratique du Qi-Cong **Dr Do Minh**

12 h 00 : Repas

14h 00: Pratique du Qi-Cong
Dr Do Minh

15 h 00: Evaluation - Relecture
Sr M.Cécile

... et Départ prévu à 16h30



Réponse souhaitée avant le 5 mars à adresser au :

GRAND COUVENT
33, avenue Louis Mazet
46500 GRAMAT

Pour tout renseignement, contactez Sœur Marie-Cécile ou Catherine de Monpezat :

animations@grandcouventgramat.fr

Inscription Halte Prière et Qi-Cong

Date :

Nom - Prénom :

Adresse :

Téléphone : __ / __ / __ / __ / __

Email : @

Pour le travail corporel : prévoir une tenue dans laquelle on se sent à l'aise.

Arrivée possible le vendredi soir (prendre contact au secrétariat : 05 65 38 73 29).

Participation aux frais :

Nuitée + repas + animation 85 €

Repas + animation 65 €

Chèque à l'ordre « Le Grand Couvent »