

Je vous propose pour le 150 ème anniversaire de la naissance de Georgia **KNAP** un stage spécial : **les secrets de santé de Georgia KNAP.**

Les 23 et 24 avril 2016 à DONZERE (26290). Je n'animerai pas de stage d'été sur la méthode **KNAP**. les fortes chaleurs de la Drome-Provençale ne sont pas propices aux stages intensifs.

Programme simplifié du stage :

--- les points oubliés (l'héritage de **KNAP** pour l'humanité, ce ne sont pas les 18 points majeurs).

--- La respiration selon Georgia **KNAP**.

--- **KNAP** et La colonne vertébrale.

--- **KNAP** les exercices cardio – la culture physique résumée – les étirements.

--- Les indispensables automassages.

--- Lutter contre les descentes d'organes.

--- **KNAP** suggestion et autosuggestion.

--- L'alimentation selon Georgia **KNAP**.

--- Ce stage est le résultat de bien sur d'enseignements reçus – de plusieurs décennies d'étude, de recherches, de pratique et d'animation de stages, de conférences, articles de presse...

PARTICIPATION :

180€ + adhésion obligatoire à l' Ass 20€ (valable jusqu'à fin juin 2016)= 200€.

Réduction :

« Couple:300€ + Adhésions 40€ = 340€

Ancien stagiaire Parrainage et parrainé.

STAGE **KNAP : 150€ + adhésion obligatoire à l'Ass 20€ =170€.**

Comprenant les cours – documentations – pauses – repas du dimanche midi au restaurant.

12 personnes maxi dans l'ordre de réception des inscriptions.

PLUS D'INFOS SUR DEMANDE :

Bruno BERTRAND

Directeur Technique national de la Gym RUFFIER
Rédacteur en chef de la revue MOUVEMENTS



Enseignement Ancestral de santé
Professeur de QI GONG
Yoga Irano Egyptien
Méthode Géorgia KNAP

380 A Chemin de Belle Eau - 26780 Malataverne
Téléphone : 04 75 90 88 14 - 06 32 18 41 10
Courriel : brunobertrand26@wanadoo.fr

Fédération Européenne de Culture Physique Fondamentale

STRETCHING GLOBALACTIF
ÉTIREMENTS FONCTIONNELS
COURS - STAGES
CONFÉRENCES
CONSEILS PERSONNALISÉS



ASSOCIATION TAO - 26290 DONZÈRE