

TAI CHI XPEO ADAPTÉ À LA MALADIE DE PARKINSON

du 15 au 17 avril 2016, à Autrans, Institut XPEO

bulletin à renvoyer avant le 11 avril à : Institut XPEO, 929 route de la Sure, 38880 Autrans

Tél. : 06 23 63 41 20 ou communication@xpeo.fr

VENDREDI (séance ouverte à tous les parkinsoniens et leurs accompagnants) - Tarif : 15 €

15 h 30 – 17 h : exercices énergétiques XPEO et application aux gestes du quotidien

SAMEDI (journée dédiée aux jeunes parkinsoniens et leurs accompagnants) - Tarif : 40 €

Ce n'est pas une question d'âge, il s'agit d'être en capacité de suivre la randonnée dans le Vercors

9 h – 10 h 45 : exercices énergétiques XPEO et application à la randonnée, avec Paul Woo Fon

11 h : départ pour une randonnée dans le Vercors (1h environ)

12 h : pause déjeuner (prévoyez un pique-nique)

13 h : retour à l'Institut XPEO

14 h 30 : exercices énergétiques XPEO

15 h – 16 h : danse contemporaine adaptée avec Sylvie Hönle : www.kinesio-liber.fr

16 h 15 – 17 h 15 : exercices énergétiques XPEO

→ Avec, dans la journée, un atelier spécial **Sortir du freezing**, à la demande des personnes concernées

DIMANCHE (journée ouverte à tous les parkinsoniens et leurs accompagnants) - Tarif : 40 €

9 h – 10 h 45 : exercices énergétiques XPEO et application à la marche en salle, avec Paul Woo Fon

11 h – 11 h 45 : petite marche autour de l'Institut

12 h : pause déjeuner

14 h – 14 h 45 : sophrologie avec Martine Gamot, infirmière et sophrologue

15 h – 16 h : exercices énergétiques XPEO

16 h 15 – 17 h 15 : conférence sur les fleurs de Bach et élixirs floraux pour la maladie de Parkinson, par Pascale Millier, directrice du laboratoire DEVA : www.deva-lesemotions.com

Conférence suivie de tests XPEO pour trouver l'élixir floral qui vous convient

→ Avec, dans la journée, un atelier spécial **Sortir du freezing**, à la demande des personnes concernées

Nom et Prénom : _____ Tél. : _____

Adresse complète : _____

_____ Email : _____

Je m'inscris au stage : vendredi (15 €) samedi (40 €) dimanche (40 €)

Je verse un chèque _____ € à l'ordre de l'ITCCA Grenoble

J'ai la maladie de Parkinson, depuis _____ ans, mon âge actuel : _____ ans

J'accompagne : mon, ma _____ (lien ou parenté avec la personne malade)

Date : _____ Signature : _____