

# Qi Gong & Bols Chantants

CHAMPEX-LAC

DU 3 AU 5 JUILLET 2026

## FORMULE **dès 480\*** TOUT COMPRIS

Offrez-vous une parenthèse hors du temps avec Séverine Parisod et Stefania Casto. Un week-end pour ralentir, respirer et vous reconnecter à votre énergie vitale, au cœur d'un cadre naturel ressourçant.

- ▶ PRATIQUES DE QI GONG & AUTO-MASSAGES
- ▶ RELAXATIONS ET BAINS SONORES
- ▶ HÉBERGEMENT CONFORTABLE
- ▶ PENSION COMPLÈTE
- ▶ INSCRIPTION JUSQU'AU 30 MAI 2026

Renseignements  
Séverine Parisod  
+ 41 79 624 78 70  
[essence.de.qi@gmail.com](mailto:essence.de.qi@gmail.com)

Prix par personne, voir les modalités.\*



# Programme

## — vendredi 3 juillet

- 14h30 -15h30  
Accueil, installation et collation
- 15h45 - 17h30  
Pratique de Qi Gong & Relaxation sonore
- 19h00  
Repas végétarien
- 20h30  
Bain sonore
- 21h15  
Bonne nuit ;-)

## — dimanche 5 juillet

- 7h30 -8h30  
Auto-massages
- 8h45 - 10h00  
Petit déjeuner
- 10h30 - 12h00  
Pratique de Qi Gong & Relaxation sonore
- 12h30  
Repas végétarien
- 14h00  
Fin du séjour

## — samedi 4 juillet

- 7h30 -8h30  
Auto-massages
- 8h45 - 10h00  
Petit déjeuner
- 10h30 - 12h00  
Pratique de Qi Gong & Relaxation sonore
- 12h30  
Repas végétarien
- 16h00 - 17h30  
Pratique de Qi Gong & Relaxation sonore
- 19h00  
Repas végétarien.
- 20h30  
Bain sonore
- 21h15  
Bonne nuit ;-)

\* Le tarif pour le séjour inclut les pratiques, les nuitées et les repas végétariens .

Chambre single avec salle d'eau

- 540 CHF par pers.

Chambre TWIN avec salle d'eau

- 480 CHF par pers.

Week-end Qi Gong & Bols Chantants  
du vendredi 3 juillet au dimanche 5 juillet

## INSCRIPTION AU WEEK-END

- en chambre single avec salle d'eau et pension complète 540 CHF par pers.  
 en chambre double ou TWIN avec salle d'eau et pension complète 480 CHF par pers.

### RENSEIGNEMENTS

Séverine Parisod  
+ 41 79 624 78 70  
essence.de.qi@gmail.com

Lieu : Hôtel Sunways, Rte du Vallon 5  
1938 Champex-Lac

Prénom : ..... Nom : .....

adresse : .....

téléphone : ..... mail : .....

intolérances alimentaires : .....

J'ai procédé au virement bancaire d'un acompte de 100 CHF.

Je m'engage à payer le solde dû avant le 30 mai 2026.

Paiement à : Séverine Parisod, 1020 Renens

IBAN CH53 0900 0000 1014 3267 4

date : .....

signature : .....

Nombre de places limité, validation des inscriptions par le versement d'un acompte de 100 CHF. En cas d'insuffisance du nombre d'inscriptions le week-end ne pourra pas avoir lieu et le montant total sera remboursé. **Dès le 31 mai 2026 aucun remboursement en cas de désistement.**