



# STAGES

## QI-GONG - SHENDAO

**SAISON 2022 - 2023**

### **Groupe 1 (cycle initiation)**

8/9 octobre 2022  
3/4 décembre 2022  
28/29 janvier 2023  
25/26 mars 2023  
3/4 juin 2023

**stage d'été** : du samedi 8 juillet  
au mercredi 12 juillet 2023

---

### **Groupe 2 (cycle intermédiaire)**

15/16 octobre 2022  
10/11 décembre 2022  
4/5 février 2023  
1/2 avril 2023  
10/11 juin 2023

**stage d'été** : du samedi 15 juillet  
au mercredi 19 juillet 2023

---

### **Groupe 3 (cycle approfondissement)**

1/2 octobre 2022  
26/27 novembre 2022  
21/22 janvier 2023  
18/19 mars 2023  
13/14 mai 2023

**stage d'été** : du samedi 22 juillet  
au mercredi 26 juillet 2023

---

**Horaires des WE** : samedi 15h à 20h dimanche 10h à 13h – 14h30 à 17h30

**Tarifs** : WE 100 € stage d'été : 250 €

**Lieu** : chalet de la Flandonnière – Lascelles – 15590  
ou Okinawa Karaté Club – 22 bd de Canteloube – Aurillac

### **.Renseignements - inscriptions**

Bernard SAUTAREL  
04.71.63.75.04 06 80 71 03 62

[Sautarel.bd@wanadoo.fr](mailto:Sautarel.bd@wanadoo.fr)  
[www.sautarel.fr](http://www.sautarel.fr)

facebook : Qi gong "SHENDAO-Bernard SAUTAREL"