

Plan d'accès et début :

Maison Bullinger de la paroisse réformée d'Aarau
Jurastrasse 13

Dans la salle Bullinger, étage inférieur

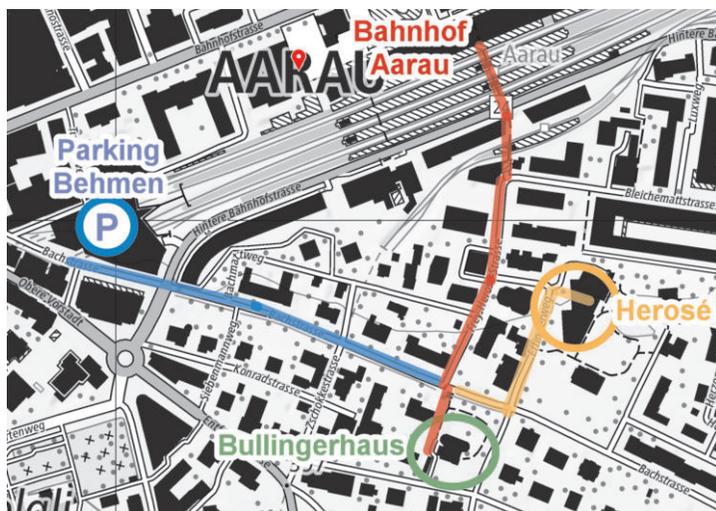
Heure: Entrée 9.00h / Début 9.30h / Fin env. 16.30h

Chemin depuis la gare

À la gare, prendre le passage souterrain du milieu en direction des voies 11-13 :
Au bout du passage souterrain, on suit la rue Frey-Herosé sur environ 200m jusqu'au bout. Là, on traverse le petit pont qui enjambe le ruisseau, et on se trouve déjà devant la maison Bullinger.
Ce chemin est marqué en **rouge** sur la carte.

Il n'y a pas de places de parking près de la maison Bullinger.

Il est donc recommandé de se rendre au parking Behmen près de la gare. De là, on peut rejoindre la maison Bullinger par la Bachstrasse (environ 250m).
Ce chemin est indiqué en **bleu** sur la carte.



Le repas de midi est réservé à la maison de soins Hérose, à environ 150 mètres.
Le chemin par le Effingerweg est marqué **en jaune** sur la carte.

shibashi-net^{CFC}
Shibashi-Netzwerk Schweiz / Shibashi réseau suisse



Shibashi Qi Gong

*Le bonheur dans le corps,
dans l'esprit et dans l'être,
en descente
et en montée*

Invitation à la 3e journée du réseau Shibashi
8 mars 2025 à Aarau

Qu'est-ce qui nous importe pour la journée du réseau Shibashi ?

Mise en réseau - Echange - Partage - Formation continue

Comment trouver le bonheur ici et maintenant ?

Par le biais du ressenti, de la perception corporelle et de ce que nous entendons, de la communication, la vision et le ressenti, nous découvrons plus de spiritualité et plus sur la méthodologie.

Nous découvrons de nouvelles choses et sommes reconnaissants de nos expériences. Nous nous connectons à tout ce qui est, en pratiquant le Shibashi Qi-Gong et dans notre vie quotidienne.

Est-il possible de trouver ainsi le bonheur dans l'instant présent?

Conférencière: Evelyn Müri

Zert. Kommunikations-Trainerin NLP / zert. Coach NLP

Zert. Hypno-Coach NLP

coaching.evelyn.jetzt und seminare-mal-anders.ch

Conférencière: Irène Christen

Dipl. Atemtherapeutin AFS /

Dipl. Bewegungspädagogin GDS Biosynthesetherapeutin, Shibashi-Lehrerin CfC

www.irene-christen.ch und www.shibashi-net.ch/mitglied/irene-christen

Conférencière: Monika Müri

Zert.-Coach Biomechanik, Funktionelle Anatomie, Grundlagen Neurobiologie

Zert. Practitioner NLP

Shibashi-Lehrerin CfC

energiebild.monikamueri.ch/zu-mir/ www.shibashi-net.ch/mitglied/monika-müri

Traduction: Christine Ory

Kursleiterin, Erwachsenenbildnerin / Leitung FRSL

Französisch Sprach-Lern- & Mental Coach NLP

www.starkindir.ch und www.frsl.ch

L'équipe d'organisation de la journée du réseau Shibashi t'accompagne tout au long de la journée:

Pia Ritschard / Monika Müri

Praktizierende Shibashi-Lehrerinnen CfC

Programme court en résumé:

09.00	Arrivée, café, faire connaissance	
09.30	Bienvenue, tour de présentation	
09.45	Mise en train, échauffement	
10.00	Introduction à la posture pour le Shibashi-Qi Go	Monika
10.20	Pause	
10.35	Shibashi en descente et en montée puis shibashi silencieux	Irène
11.50	Impulsions pour le bonheur, questions	Evelyn & Monika
12.15	Infos conseil d'administration	
12.30	Repas de midi	
14.00	Atelier, travail de groupe, questions, réflexion	
15.00	Comment trouves-tu ton bonheur dans l'instant présent?	Evelyn
15.30	Pause	
15.45	Perception consciente du corps dans le Qi Gong	Monika
15.55	Remerciements aux conférencières	
16.00	Méditation de fin de session	Evelyn
16.10	Brève séance de questions-réponses et au revoir	
16.30	Fin de la journée du réseau Shibashi	

Détails complets et inscription

www.shibashi-net.ch/shibashi-netzwerk-tag-2025/

**Veillez vous inscrire sur le site web
jusqu'au 20 février 2025**



À apporter:

Pantoufles chaudes / chaussures de sport / petit linge

Contacte-moi si tu as des questions :

Monika Müri, Ahornweg 5, 5210 Windisch

Tel: 056 442 13 02 / 079 256 07 70

E-Mail: monika.mueri@shibashi-net.ch