


DIMANCHE 11/09	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI 24/06
<p><b>PROGRAMME</b> <b>5 au 10 septembre</b></p>  <p>LES CHEMINS DU LAC CENTRE SANTE &amp; BIEN-ÊTRE</p>	<p><b>8h30</b> Qi Gong thérapeutique <b>9h petit déj</b></p> <p><b>10h00</b> Marche douce</p> <p><b>10h30</b> Bilans bioénergétiques</p> <p><b>11h00</b> <i>Le premier vaccin, notre système immunitaire - l'entretenir au jour le jour, le stimuler...</i> <i>Pr Henri Joyeux</i></p> <p><b>13h déjeuner</b></p>	<p><b>8h30</b> Qi Gong thérapeutique <b>9h petit déj</b></p> <p><b>09h45</b> Comment respirer et s'hydrater ? <i>Christian Bordes</i></p> <p><b>10h00 /12h30</b> Marche oxygénation-botanique. Conférence « nature » face au lac. <i>Goût et Odorat : Sentinelles de votre Santé</i> <i>Pr Henri Joyeux</i></p> <p><b>13h déjeuner</b></p>	<p><b>8h30</b> Qi Gong thérapeutique <b>9h petit déj</b></p> <p><b>10h00</b> Marche montagne vers les chapelles romanes de Samitier (2 niveaux)</p> <p><b>13h déjeuner</b></p>	<p><b>8h30</b> Qi Gong thérapeutique <b>9h petit déj</b></p> <p><b>10h00:</b> Canoé et méditation au fil de l'eau</p> <p><b>13h déjeuner</b></p>	<p><b>8h30</b> Qi Gong thérapeutique <b>9h petit déj</b></p> <p><b>Fin des prestations</b> <b>Départ et libération des chambres pour midi au plus tard.</b> <b>Les personnes disposant de plus de temps peuvent profiter des sites extérieurs comme bon leur semble....</b></p>
<p><b>Arrivée sur site à partir de 15 h</b> Accueil Découverte village</p> <p><b>16h00/17h30</b> Présentation du programme complet de la semaine <i>Christian Bordes</i></p> <p><b>17h45</b> - Le trépied de la santé : - se détoxiner - ne pas se carencer - se détresser <i>Dr Claude Lagarde</i></p> <p><b>19h00</b> – Visite et informations au SPA</p> <p><b>20h00 Dîner</b></p>	<p><b>14 h</b> Temps libre Plein air, soleil Détente, lac, sauna</p> <p><b>16h30</b> Trampoline -<i>Yves Jimenez</i></p> <p><b>17h00</b> Ecole du dos -<i>Christian Bordes</i></p> <p><b>17h30</b> Gestion stress Cohérence cardiaque <i>Sylvie Bordes</i></p> <p><b>18h00</b> Terrains bio nutritionnels - apprendre l'auto-analyse Iomet <i>Dr Claude Lagarde</i></p> <p><b>19h00</b> Comment booster son système immunitaire et son immunité <i>Dr Claude Lagarde</i></p> <p><b>20h Dîner</b> <b>21h30</b> – Soirée terrasse, échanges</p>	<p><b>14 h</b> Temps libre Plein air, soleil Détente, lac, sauna</p> <p><b>16h30</b> Trampoline <i>Yves Jimenez</i></p> <p><b>17h00</b> Méditation <i>Christian Bordes</i></p> <p><b>18h00</b> Bioénergétique, radiations électromagnétiques, la santé de l'habitat. Débat. <i>Christian Bordes</i></p> <p><b>20h Dîner</b> <b>21h30</b> - Soirée spectacle</p>	<p><b>14 h</b> Temps libre Plein air, soleil Détente, lac, sauna</p> <p><b>16h30</b> : Trampoline -<i>Yves J.</i></p> <p><b>17h00</b> : Comment préparer ses jus ? Les bains dérivatifs <i>Dr Anne Declerck</i></p> <p><b>18h00</b> Gestion du stress, sophrologie – <i>Sylvie Bordes</i></p> <p><b>18h30</b> – Hygiène intestinale <i>Yves Jimenez</i></p> <p><b>19h30</b> - <i>Votre foie a besoin d'Amour</i> <i>Pr Henri Joyeux</i></p> <p><b>20h Dîner</b> <b>21h30</b> – Soirée surprise</p>	<p><b>14 h</b> Temps libre Plein air, soleil Détente, lac, sauna</p> <p><b>16h30</b> Trampoline <i>Yves J.</i></p> <p><b>17h</b> Ecole du dos <i>Christian B.</i></p> <p><b>17h30</b> Méditation <i>Christian B</i></p> <p><b>18h00</b> <i>La Prévention des cancers</i> <i>Pr Henri Joyeux</i></p> <p><b>18h45</b>– Table ronde sur les thèmes traités avec tous les intervenants</p> <p><b>19h30</b> – Apéro terrasse</p> <p><b>20h Dîner</b> clôture (si possible en blanc ou noir) soirée danse</p>	

*Programme modifiable à tout moment en fonction de la demande de nos intervenants et de la météo.*