

Intention :  
**« Croisière Qi Gong, Jeux de sable et nage avec les Dauphins en mer rouge »**  
**Animée par Anne EGRON & Danielle PEREZ**  
**Dimanche 21 juin au 28 juin 2026**



**Anne ...**

Invitation à l'accueil des sensations, grâce au Qi Gong, Art de Vivre, discipline millénaire chinoise, en suivant le courant du flux de la vie qui mène toujours au bon endroit dans l'instant...

J'ai eu le bonheur de rencontrer les Dauphins pour la première fois en 2016.  
De retour sur la terre ferme, des petites bulles joyeuses éclatent encore à la surface, je distille  
l'énergie Dauphin, purifiée, nettoyée, allégée.

Le Qi Gong, que je pratique et enseigne depuis plus d'une vingtaine d'années ajoute de la puissance à l'approfondissement d'une expérience inoubliable. Cet Art de longévité est basé sur l'observation de la nature, faire corps avec la matière et se baigner la tête dans les étoiles, respirer le souffle puissant du cosmos, voyager à la vitesse de la lumière et un jour, redevenir poussière...

Le Qi Gong activité d'entretien de la santé, d'épanouissement et de renforcement de l'énergie vitale en relation avec les principes de la médecine chinoise devient une réponse aux problèmes de la vie trépidante actuelle, dans une démarche profonde de connaissance de soi afin de construire un véritable équilibre vers une vie rayonnante et communicative.

Le Qi Gong, quête intérieure, rencontre avec soi, permet l'ouverture du cœur et la rencontre avec l'autre. Sur le Nooraya tout devient Qi Gong, tout invite à se centrer.

Se familiariser avec l'énergie de l'eau, retrouver ses réflexes aquatiques, se laisser bercer par la mer, se fondre dans les éléments, et puis, vivre l'arrivée des dauphins. Ressentir la fluidité, l'apesanteur, se laisser porter, lâcher le lourd, respirer, souffler, nager, danser, rire, explorer, regarder, écouter, partager, approfondir...

Le Qi Gong, tout comme les dauphins, réveille les sens. Le corps conscient ressent les émotions. Le Cœur, le maître de l'esprit en lien avec l'âme sourit. L'Amour est là, chacun trouve son chemin pour vivre son rêve à soi.

« La connaissance s'acquiert par l'expérience, tout le reste n'est que de l'information. » *Albert Einstein*

Rendez-vous avec nos amis Dauphins qui allument les étoiles dans les yeux.

Ondulation, émancipation, vibration, frisson, abandon...

Au plaisir d'onduler ensemble encore et encore pour que perdure le sourire du cœur.



Et Danielle ...

Aller à la rencontre des dauphins libres de Sataya en conscience, dans un profond respect de ce qu'ils sont et partager des moments inoubliables. A l'écoute de l'émerveillement, du mouvement, de l'échange que nous offrent les dauphins, nous ouvrons nos sens, nous touchons et sommes touchés, à notre écoute et celles des autres.

Une semaine de repos, de soleil, et d'eau, de découvertes, de partages.

Une semaine vibrante et ressourçante à la fois à bord du Nooraya ...  
Des ateliers en douceur, proposés à votre guise pour partager les expériences qui accompagnent notre ressenti par le biais du jeu de sable en individuel ou collectif, contes ou jeux collaboratifs.  
Confirmant notre sécurité de base, nos ressources affermies, nous sommes invités à faire des choix basés sur ce que nous sentons être juste et bon pour nous et tous les êtres vivants.

Danielle Perez, psychologue, accompagne en individuel et en groupes depuis de nombreuses années. Formée en haptonomie, thérapie du jeu de sable, approche transgénérationnelle, elle a découvert Sataya et les dauphins en 2013 et anime des ateliers visant la reconnection à Soi dans ce lieu magique et propice à la joie du ressenti.

Bienvenu-e-s

