



Qi Gong



Stage du 3 au 6 juin 2022

Au programme : le jeu des 5 animaux

Ce Qi gong de santé est né des observations du médecin Hua Tuo (IIème siècle). Il constata que la vigueur et l'agilité des humains a beaucoup à envier à celles des animaux. Ceci le décida à étudier les comportements et les qualités d'adaptation de ces derniers, pour en faire bénéficier les humains.

Le tigre, le cerf, l'ours, le singe et la grue ont des qualités qui leur sont propres, et dont nous nous inspirerons durant ce stage pour pratiquer cette forme de Qi gong. Parce qu'elle cultive l'imaginaire, elle est très ludique et favorise la joie et la relation au groupe.

Ce stage est ouvert à tous :
les cinq animaux sont à la fois agréables pour débiter le Qi gong,
et très stimulants pour les plus avancés !



Animé par Louise

Diplômée des Temps du Corps, du Centre National de Qi Gong de Beidaihe (Chine), et de la Sorbonne Nouvelle, je pratique et me forme au Qi Gong depuis une dizaine d'années et je le transmets avec simplicité et joie.



À la Côte Saint André

Hébergement sur place
pour 3€ la nuit, + repas partagés.

Tarif

Participation libre et consciente
(prix indicatif entre 120 et 180€)

Inscriptions et renseignements :

06 32 02 39 97 louise@lesateliersducalme.fr

