



L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR
 Le village 21230 Champignolles
 Tél / fax : 03 80 84 29 43 / 06 13 92 28 71 / 06 13 92 05 91
 Mail : zhiroujia@orange.fr - site: www.zhiroujia.com

Stage à Paris avec J.M. Chomet
Les 03-04 février 2018
« TAIJI QIGONG pour tous »

Thème : *Le « Wudang Wu Qin Jue » : Le Dragon.*

Cette année notre week-end de découverte du taiji qigong coïncide avec le premier jour du calendrier agraire chinois ; le 04 février marque le début du printemps dans le calendrier le plus souvent utilisé par nos amis du Dao. Nous nous ajusterons à ce moment important de l'année en explorant par nos pratiques :

- Jing Gong : cultiver la tranquillité et le calme "assis comme une cloche, debout comme un pin et couché comme un arc" pour reprendre les termes classiques du Dao Longmen
- Dong Gong : la Long Xing (forme du Dragon) du Wudang Wuxing Qigong
- Principes de base de la bioénergétique taoïste

Pour les élèves de Jean-Michel, ce sera l'occasion d'explorer des exercices assis et couché qui enrichiront et approfondiront leur entraînement habituel. Les pratiquants de Qi Gong découvriront une vision taoïste du Qigong.

Matériel : coussin pour l'assise, tapis de sol, couverture et récipient pour boisson

Lieu : Studio de la Main d'Or - 16 passage de la main d'or - 75011 Paris – M° Ledru-Rollin

Horaires : Sam : 10h00-13h00/14h30-17h30 - Dim : 9h00-12h00/ 13h00-16h00

Coût exceptionnel : 150 € pour les deux jours (attention places limitées)

BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner à l'adresse ci-dessus ou à remettre aux professeurs avant le début du stage

NOM :

Adresse :

Tél : E. mail :

Je m'inscris à l'atelier de **TAIJI – QI GONG** et je joins un chèque d'arrhes de 75€ à l'ordre de l'association "L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR".



L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR
 Le village 21230 Champignolles
 Tél / fax : 03 80 84 29 43 / 06 13 92 28 71 / 06 13 92 05 91
 Mail : zhiroujia@orange.fr - site: www.zhiroujia.com

Stage à Paris avec J.M. Chomet
Les 03-04 février 2018
« TAIJI QIGONG pour tous »

Thème : *Le « Wudang Wu Qin Jue » : Le Dragon.*

Cette année notre week-end de découverte du taiji qigong coïncide avec le premier jour du calendrier agraire chinois ; le 04 février marque le début du printemps dans le calendrier le plus souvent utilisé par nos amis du Dao. Nous nous ajusterons à ce moment important de l'année en explorant par nos pratiques :

- Jing Gong : cultiver la tranquillité et le calme "assis comme une cloche, debout comme un pin et couché comme un arc" pour reprendre les termes classiques du Dao Longmen
- Dong Gong : la Long Xing (forme du Dragon) du Wudang Wuxing Qigong
- Principes de base de la bioénergétique taoïste

Pour les élèves de Jean-Michel, ce sera l'occasion d'explorer des exercices assis et couché qui enrichiront et approfondiront leur entraînement habituel. Les pratiquants de Qi Gong découvriront une vision taoïste du Qigong.

Matériel : coussin pour l'assise, tapis de sol, couverture et récipient pour boisson

Lieu : Studio de la Main d'Or - 16 passage de la main d'or - 75011 Paris – M° Ledru-Rollin

Horaires : Sam : 10h00-13h00/14h30-17h30 - Dim : 9h00-12h00/ 13h00-16h00

Coût exceptionnel : 150 € pour les deux jours (attention places limitées)

BULLETIN D'INSCRIPTION

A retourner à l'adresse ci-dessus ou à remettre aux professeurs avant le début du stage

NOM :

Adresse :

Tél : E. mail :

Je m'inscris à l'atelier de **TAIJI – QI GONG** et je joins un chèque d'arrhes de 75€ à l'ordre de l'association "L'ÉCOLE DU DÉVELOPPEMENT DE LA DOUCEUR".