



**Programme 2014-2015 :
Des ateliers pour découvrir et progresser !**

« Les Qi Gong du Samedi matin »

Animé par Gilles DONGUY - Professeur de Qi Gong certifié
IEQG- Institut Européen de Qi Gong

FEQGAE – Fédération des Enseignants de Qi Gong et Arts Energétiques

Qi Gong pour tous !

Samedi matin à la carte de 9H30 à 11H30

www.qigong-pour-tous.net - www.naturopathie-en-clair.com

	1. Samedi 15 novembre 2014 Tai Ji Bang : Le bâtonnet de longévité	
	2. Samedi 20 décembre 2014 Automassages et Qi Gong de longévité	
	3. Samedi 17 janvier 2015 Atelier spécial « Connaitre » : Le Qi Gong : origine, formes, principes fondamentaux, bienfaits	
	4. Samedi 14 février 2015 Les Mille mains sacrées du bouddha - Renforcer le périnée	
	5. Samedi 07 mars 2015 Des marches...et des pas !	
	6. Samedi 11 avril 2015 Atelier spécial « Connaitre » : Tout savoir sur les 5 éléments !	
	7. Samedi 9 mai 2015 YI JIN JING : Tonification des muscles et des tendons	
	8. Samedi 20 Juin 2015 Atelier spécial « Connaitre » : Éléments de Diététique chinoise	

Informations actualisées sur le site : www.qigong-pour-tous.net

NOTA BENE

Chaque module est indépendant : la participation aux modules précédents n'est pas obligatoire.

Programme non contractuel susceptible de modifications en cours d'année (dates et thèmes)

TARIFS

**Le coût d'un séminaire à la carte est de 25 euros.
Forfait de 99 euros pour 5 séminaires. Règlement sur place.**



Adhésion annuelle obligatoire (sauf si déjà adhérent !) de 14 euros à la Maison des Essarts (Règlement séparé)

LIEU

**Maison des Essarts 21 rue du parc BRON
A proximité galeries Lafayette – Facilités pour se garer alentours**



Renseignements : 04. 72. 02. 11.56 / 06. 60. 53. 24. 43 / gdonguy@laposte.net
Ne pas jeter sur la voie publique. Mise à jour 10/2014.

IPNS