

« QI GONG DU CŒUR DE LA GRUE SAUVAGE »



Du 4 au 8 juillet 2016

SAINT CYR AU MONT D'OR

En Chine, la Grue est un animal symbole de longévité : elle est en lien avec la Terre et le Ciel : à la fois solide sur ses pattes, bien équilibrée sur terre et capable de légèreté pour voler très haut dans le ciel. Le « Qi Gong du Cœur de la Grue sauvage » est un Qi Gong qui travaille sur le « cœur organe » et aussi sur le « cœur esprit ». Les mouvements harmonieux empruntés à la Grue et réalisés en relation avec son rythme cardiaque renforcent notre énergie. Ce Qi Gong est bénéfique pour la mémoire et l'activité intellectuelle. Cette méthode est également utilisée en cas de syndrome dépressif ou d'insomnie. Elle se pratique avec le corps, le cœur et l'esprit en harmonie, dans un état de joie sereine. J'ai reçu l'enseignement de ce Qi Gong par le Dr Liu Dong.

Nous pratiquerons également les marches thérapeutiques (Xi Xi Hu) tous les matins.

Lieu : 50 rue Ampère 69450 Saint Cyr au Mont d'Or Hébergement possible à proximité (chambre d'hôte, gîte, hôtels).

Tarif: 300 euros pour l'enseignement du Zhi Neng Qi Gong

Un repas de qualité vous sera proposé sur place moyennant 12 à 15 euros par repas selon le nombre de personnes.

Enseignante :

Denise Tixier, formée en Qi Gong par Maître Yang Yi Bin et à l'Institut Européen de Qi Gong fondé par Yves Réquena est diplômée de la Fédération Européenne de Qi Gong et Arts Energétiques, certifiée par la Fédération EPMM Sport Pour Tous, diplômée d'acupuncture de l'Institut Shao Yang de Médecine Traditionnelle Chinoise. n° siret : 52808 18 13000 16

Renseignements et inscriptions : 06 62 12 24 70 - denise.tixier@orange.fr