



STAGE DE QI GONG ET SOINS **Poumons et Reins**

7 et 8 octobre 2023 Animé par HE Yan

Aux Grandes Terres 69340 Francheville, France ou par Zoom

CONTENU : ZHI NENG QI GONG (XING SHEN ZHUANG) et TAI JI BALL

- Harmoniser les fonctions du système respiratoire : travail spécifique du méridien des poumons.
- Tonifier l'énergie des reins : travail de la colonne vertébrale et du Dan Tian 丹田.
- Fortifier le système nerveux central et augmenter la vitalité avec le TAI JI Ball 太极球
- Explorer des méthodes anciennes de soins énergétiques.
-

**Ce stage aura lieu dans un champ d'énergie spécialement préparé :
CONFIANCE, CENTRAGE, ABONDANCE, JOIE ...**

Dates : 7 et 8 octobre 2023

Horaires : 9h30 - 12h30, 14h - 17h

Frais pédagogiques : 120 €/forfait weekend, 70 €/jour. Acompte 40 €. Solde à payer sur place.

Hébergement : possibilité d'être logés sur place.

Renseignements sur l'hébergement : hebergementlgt@gmail.com

Matériel : Tapis, coussins et chaises dispo sur place. **Repas** : prévoyez des pique-niques.

Un stage ouvert à tous

Le nombre de places est limité en présentiel !

Inscription en ligne et paiement d'acompte - www.lagrueblanche.com, cliquez sur '[Inscription](#)'
Une fois la fiche remplie et validée, vous recevrez la confirmation automatique.

Renseignements - secretariat@lagrueblanche.com