

Stage de ZHI NENG QI GONG avec Maître ZHOU Jing Hong



Le 10 et 11 Novembre 2018

A la Salle des Conférences (plage)
Moliets et Maa (40 landes)

Samedi : 14h00/18h00

Dimanche : 9h00/12h00 – 14h00/17h00

Programme :

Qi Gong des Emotions
Wu Yuan Zhuang (3^{ème} méthode du Zhi Neng Qi Gong)

Travail sur les cinq organes (Cœur, Reins, Rate, Foie, Poumons) en utilisant sons et mudras (position des mains) en relation avec les cinq émotions suivant la théorie énergétique chinoise des cinq éléments
La 3^{ème} méthode est reliée aux mouvements gracieux de la Grue *

Le Zhi Neng Qi Gong est un Qi Gong très populaire en Chine,
Il est enseigné en France par Maître ZHOU Jing Hong depuis 1989.
Maître ZHOU Jing Hong siège au Comité Technique à la Fédération des Arts Energétiques et Martiaux Chinois

Prix : 120 € (hors sortie Réserve Arjuzanx)

OUVERT A TOUS
(Initiés comme débutants)

Renseignements et réservation :
Association MAIA LIN
Elisabeth BOULISSET

06 82 97 66 55

www.maialin.fr / maialinassociation@yahoo.com

* En option, le samedi matin, je vous propose une observation matinale des grues à la Réserve Naturelle d'Arjuzanx (7h00). Un guide nous emmènera en haut de l'observatoire en bois pour assister au départ des grues vers les champs de maïs. Au levé du soleil, cette expérience débutera à merveille notre stage. Pour cela, il sera nécessaire de les contacter directement pour tous renseignements et pour valider votre réservation (groupe limité). Réservation à effectuer dès le 15 Septembre pour être assuré d'avoir de la place.