

Florence 6 - 7 avril 2019

## Séminaire de Zhi Neng Qi Gong avec Maître Zhou Jing Hong

Zhineng QiGong Firenze en association avec le Centre Leolab2 - disciplines du mouvement

### ***La Troisième Méthode : Wu Yuan Zhuang***

La troisième méthode de Zhi Neng Qi Gong est de travailler avec les cinq organes principaux du corps selon le MTC: le coeur, les poumons, le foie, la rate et les reins. La pratique renforce les organes et équilibre les cinq émotions correspondantes: joie, tristesse, colère, réflexion et peur.

L'énergie est harmonisée à l'aide de mouvements, de sons et de positions particulières des mains appelées mudra.

Nous rééquilibrons nos émotions, nous apprenons à mieux gérer le stress, tout le corps retrouve son équilibre et sa santé.

M. Zhou nous guidera vers la compréhension et l'apprentissage de cette pratique fondamentale du Zhineng Qigong.

**M. Zhou Jing Hong** :Il a étudié le Zhi Neng Qi Gong ou Qi Gong de la sagesse avec le M. Pang He Ming. Diplômé de son école, il poursuit ses études à l'Université de Qigong de Pechino et à l'Université de Médecine Chinoise de Guang Ming.

Il est venu en Europe à la fin des années 80 pour enseigner cette pratique.

Il vit à Paris où il donne des cours hebdomadaires ; il organise aussi des stages dans de nombreuses villes en France et en Europe (Voir son site [znqg.fr](http://znqg.fr))

En 2017 et 2018, il est venu à Florence et pendant ces séminaires, il a enseigné la première et deuxième méthodes de Zhi Neng Qi Gong.

### **Informations**

Horaire du séminaire : samedi 6 avril : 9.30h -12.30h - 14.30h -17.30h  
dimanche 7 avril : 9.30h -12.30h - 14.30h - 17.30h

Lieu du séminaire : Firenze Borgo Pinti 15; Religieuses Oblate dell'Assunzione, Tel. 055-2480582. Il est possible, en réservant à l'avance, de réserver des chambres à l'endroit du séminaire.

Paiement : séminaire entier 170 euros; une journée 90 euros

Inscription: avant le 20 mars en envoyant email à: [luisa.zhineng@gmail.com](mailto:luisa.zhineng@gmail.com) avec virement bancaire de 50 euros à l'Iban suivant IT56 L010 0502 8020 0000 0001 468  
Tel. Luisa 3331406223