



Stage de Qi Gong des 5 Animaux et Méditation **Centrage et Vitalité**

Animé par RIEU HE Yan
19 et 20 mars 2022 - Les Grandes Terres 69340 Francheville France

Wu Qin Xi (tigre, cerf, ours, singe et oiseau), une méthode très ancienne de Dao Yin, est considéré comme un des joyaux du Qi Gong de santé. En correspondance avec les Cinq éléments (bois, feu, terre, métal et eau), Wu Qin Xi mobilise le Qi des méridiens, fortifie l'énergie des cinq organes et harmonise es émotions.

La relation entre les mouvements et le système des méridiens sera expliquée en détails.

Outre l'éveil de l'énergie vitale, nous mettrons aussi l'accent sur la transformation intérieure. La méditation guidée fait donc partie du programme.

Pendant cette courte retraite, vous aurez aussi l'occasion d'expérimenter le soin énergétique.

Ce stage se déroulera dans un champ de Qi préparé favorisant centrage et interconnexion

Situés en pleine nature dans les Monts du Lyonnais (forêt, ruisseau, belles promenades...) et chargés en énergie spirituelle, les Grandes Terres sont un lieu magnifique et exceptionnel. Venez vous ressourcer dans ce havre de paix afin de bien démarrer l'année du tigre et rentrer dans l'énergie du changement !

Lieu du stage : Les Grandes Terres, chemin du Grand Moulin, 69340 Francheville, France

Horaires : 9h30-12h30, 14h00 - 17h00

Frais pédagogiques : 60 € /jour (acompte 20 €), 100 €/stage complet (acompte 30 €)

Repas : chacun prévoit des pique-niques

Hébergement : possibilité d'être logés sur place en chambre double. N° de téléphone du secrétariat des Grandes Terres pour plus de renseignements : 09 86 49 79 01

Un stage ouvert à tous

Pré-inscription en ligne pour le stage en présentiel (nombre de places limité), voir l'onglet 'Pré-inscription' sur notre site 'www.lagrueblanche.com'

Un email de confirmation (avec informations sur le paiement de l'acompte et réservation d'hébergement) vous sera envoyé automatiquement après votre pré-inscription en ligne

Inscription en ligne pour le stage à distanciel par Zoom, voir l'onglet 'Inscription et paiement' sur notre site 'www.lagrueblanche.com'

Veuillez nous contacter par email si inscription partielle.

En cas d'annulation de votre part pour raison de force majeure, il est possible de reporter le montant payé sur des futurs stages.