

INSTITUT DAO DE L'HARMONIE

法国中华传统文化学院

PORTES OUVERTES

les 10, 11 et 24 Septembre 2011

L'Institut Dao de l'Harmonie est une école qui enseigne les techniques des arts traditionnels millénaires chinois tant médicales que martiales : le Qi Gong, le Tai Ji Quan, le Shen Qi Quan (Da Cheng Quan) et d'autres arts martiaux chinois.

Il s'agit de techniques qui travaillent à la fois le physique et le mental. Grâce à la régulation des souffles (respiration et circulation du Qi), grâce aux mouvements corporels et au maintien postural du corps, dictés selon des principes précis et respectant une progression, les pratiquants arrivent, petit à petit, à augmenter et contrôler la force, à maîtriser leurs émotions, à renforcer l'esprit et l'ensemble de l'organisme.

Ces techniques renforcent le système immunitaire. Elles permettent ainsi d'augmenter la capacité de défense contre les énergies perverses et améliorent le rétablissement, en cas de maladie. Autrement dit, elles permettent de redécouvrir et de renforcer les fonctions instinctives du corps.

Pour faire connaître ces formidables arts millénaires, l'Institut Dao de l'Harmonie organise des journées « portes ouvertes » qui vous permettront de découvrir un monde nouveau.

L'observation vaut mieux qu'un long discours.

L'expérience directe vaut mieux que l'observation.

Programmes :

- Qu'est-ce que le Qi Gong et les arts martiaux chinois internes et externes ?
- Les principes de la pratique, leurs effets et leurs avantages.
- Démonstrations et cours d'essai.

Dates :

Le samedi 10 Septembre 2011 de 18h30 à 21h00 : Présentation et démonstration.

Le dimanche 10 et/ou le samedi 24 Septembre 2011 de 17h30 à 20h00 : Atelier avec Maître JIAN (Qi Gong, Tai Ji, Da Cheng Quan, Dao de l'Harmonie, Nei Jia Quan).

Lieu : 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaîté

RENSEIGNEMENTS : 01 43 20 70 66

BULLETIN à retourner à l'Institut Dao de l'Harmonie

NOM : Prénom :

Adresse :

Code postal: Ville :

E-Mail :

Je participerai aux journées Portes ouvertes,

PorteOuverte10

Signature :