

# INSTITUT DAO DE L'HARMONIE

法国中华传统文化学院

## STAGE D'ÉTÉ DE QI GONG

Du 29 juin au 3 juillet 2012

Le Qi Gong trouve son origine dans la Médecine Traditionnelle Chinoise, elle-même datant d'environ 5000 ans.

La pratique et les méthodes du Qi Gong permettent de développer le souffle interne (Qi) et de le faire circuler librement dans les méridiens d'acupuncture. Cela permet de maîtriser l'esprit et de renforcer le système immunitaire. Cela joue donc un rôle essentiel pour la santé. De même, le Qi Gong permet de développer le "Dao" ou vertu, qualité essentielle pour un équilibre émotionnel et psychique.

l'Institut Dao de l'Harmonie vous propose un stage de Qi Gong assuré par le Me JIAN, 7e dan de Wu Shu, diplômé de l'Université de la M. T. C de Guangzhou, fondateur du Qi Gong Quimétao et l'art « Dao de l'harmonie ».

### Programme du stage

- LES 6 SONS THERAPEUTIQUES : Gestuelle du corps associée à un son particulier pour chacun des organes principaux. Cette méthode stimule la purification des organes.
- BING QI PAI FANG FA : Dispersion des énergies perverses ; méthode d'allègement du stress physique et psychique.
- WU QIN XI : Les cinq animaux. Cette méthode s'inspire des mouvements de 5 animaux : le tigre, le cerf, l'ours, la grue et le singe. Par l'imitation de ces animaux, le pratiquant stimule son énergie et sa vitalité.
- TECHNIQUE SPONTANÉE DES 5 ANIMAUX : Cette méthode permet, par des gestes spontanés, de libérer l'énergie interne.

**Date :** les 29, 30 juin et 1, 2, 3 juillet 2012 de 9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00.

**Lieu :** 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaité

**Prix :** 400 € (non adhérents de l'Institut : 480 €).

Un versement de 120 € d'acompte sera demandé à l'inscription.

**Renseignements : 01 43 20 70 66**

---

### BULLETIN D'INSCRIPTION

à retourner à : Institut Dao de l'Harmonie 57, avenue du Maine 75014 Paris

NOM : .....Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal:.....Ville : .....

Tél : .....e-mail : .....

Je désire suivre les cours et joins un chèque de 120 € d'acompte (non remboursable), à l'ordre de l'Institut Dao de l'Harmonie pour ce stage.

Date :

Signature :

