



Dao Yin  
Qi Gong

Méditation

Marches de santé

*Rayonner la joie du souffle vivant*

Du 27 au 31 août 2024

avec Agnès et Philippe Moreau

# Programme

## DaoYin Qi Gong du Dragon rouge

Méthode de Qi Gong taoïste, qui vient des montagnes Lao Shan. Elle utilise la symbolique du dragon qui représente la force. Pratique idéale pour l'hiver ou l'été, ce qi gong soutient et harmonise l'énergie du Coeur; c'est une excellente façon de tonifier notre énergie, mais il peut aussi disperser la chaleur interne. Il active le méridien ceinture Dai Mai, qui peut contrôler les douze méridiens et le sang et aide à transformer les émotions.

Nei Yang gong thérapeutique pour l'insomnie et la fatigue chronique Statique et dynamique, avec les sons Allongé, assis ou en mouvement, nous harmonisons l'énergie, vers l'équilibre du corps-souffle-esprit

Marches de santé du Qi Gong et Réveil taoïste tous les matins

Arrivée le mardi 27 après midi  
Début du stage le 28 à 9h30

## Hébergements

Chambres individuelles, à 2, chalet, tipi ou tente confort  
A réserver directement sur le site du Taillé  
<https://www.domainedutaille.com/formations-et-stages/recherche/>

Pension complète: 4 jours  
de 78€ à 98€/personne/jour

## Tarif du stage

300€ Adhérents  
320€ non adhérents



## L'Arbre de Vie

06 60 92 40 43  
[www.arbredevie-qigong.com](http://www.arbredevie-qigong.com)  
[arbredevie.qigong@gmail.com](mailto:arbredevie.qigong@gmail.com)

