



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
arbredevie.qigong@gmail.com

