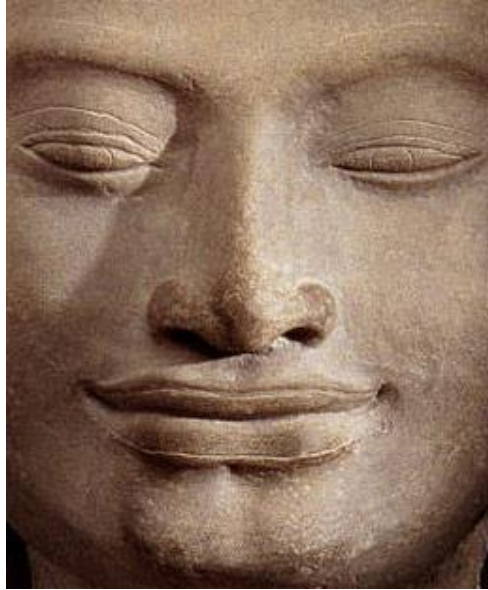


QI GONG DU BOUDDHA



SAMEDI 11 NOVEMBRE 2023

9 H-12H et 14 H- 17H

**SAINT CYR AU MONT D'OR
SALLE DES VIEILLES TOURS
Rue des Ecoles**

Il existe une multitude de Qi Gong différents. Parmi ceux-ci, le Qi Gong du Bouddha est un très beau Qi Gong du cœur et de la compassion.

Issu d'une pratique vietnamienne, c'est un enchaînement de mouvements de courte durée, facile à apprendre et agréable à pratiquer.

Au cours de cette journée, nous pratiquerons également des méditations du bouddhisme tibétain ainsi que des postures statiques empruntées aux Ba Gua (postures statiques des 8 trigrammes).

STAGE OUVERT A TOUS

Tarifs : 80 € - Inscription nécessaire –

Enseignante :

Denise Tixier , formée en Qi Gong par Maître Yang Yi Bin et à l'Institut Européen de Qi Gong fondé par Yves Réquena , diplômée de l'Union Pro Qi Gong FEQGAE, certifiée par la Fédération EPMM Sport Pour Tous, diplômée d'acupuncture de l'Institut Shao Yang de Médecine Traditionnelle Chinoise intervient dans le cadre de l'association Arts Martiaux de Saint Cyr au Mont d'Or.

Renseignements et réservation: 06.62.12.24.70. contact@qigongdesmontsdor.fr

