

QI GONG DE LA COLONNE CELESTE
OU
TIAN ZHU QI GONG



Du lundi 1er au vendredi 5 juillet 2024
A Saint Cyr au Mont d'Or

Tarif : 400 €

Repas proposé au tarif de 15 €

Rens. Résa : contact@qigongdesmontsdor.fr

Denise Tixier 06 62 12 24 70 www.qigongdesmontsdor.fr

Le Qi Gong de la Colonne Céleste permet de stimuler et de renforcer notre « Zheng Qi » c'est-à-dire notre potentiel de vitalité. Il agit sur deux méridiens fondamentaux : Shao Yang et Tai Yang. Le travail sur Shao Yang ralentit le vieillissement, efface la fatigue chronique, soutient l'activité du Foie et de la Vésicule Biliaire, harmonise les fonctions gynécologiques chez la femme et renforce la virilité chez l'homme. Il a également un effet régulateur sur les émotions. Le travail sur Tai Yang prévient l'ostéoporose, active la circulation du Qi et du Sang, renforce le système immunitaire et aide à la résorption les œdèmes.

Composé de douze mouvements, ce Qi Gong développe notre équilibre et notre clarté d'esprit, entretient notre vigueur et notre dynamisme.

Ce Qi Gong est accessible à tous.

Nous pratiquerons également tous les matins **les marches des 5 organes (Xi xi hu)**

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'IEQG et de l'Union Pro Qi Gong, certifiée par la Fédération EPMM Sport Pour Tous, diplômée d'acupuncture de l'Institut Shao Yang de Médecine Traditionnelle Chinoise. Diplôme Universitaire de Pratiques Corporelles Chinoises DUPRAC, Diplômée de la formation santé de la femme de l'école Ling Gui. N° siret: 52808 18 13000 16

Fiche d'inscription
Qi Gong de la Colonne Céleste
Saint Cyr au Mont d'Or
Du 1er au 5 juillet 2024

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Pour valider votre inscription merci de joindre un chèque d'arrhes de 100 euros à l'ordre de Denise Tixier :
50 Rue Ampère, 69450 Saint Cyr au Mont d'Or.
