

STAGES / FORMATION

Dao Yin Yang Sheng Gong (DYYSG) de Maître Zhang Guang De

avec Me SHI Ying, 7ème Duan de YYSG

Disciple de Maître Zhang Guang De

à Paris et à Camaret-sur-Mer

Qi Gong - Dao Yin Yang Sheng Gong (DYYSG) - 3 stages à Paris + un stage à Camaret

23 sept	13 mouvements pour étirer et assouplir le corps 1ère et 2ème forme
24 sept	Qigong pour renforcer l'énergie et nourrir le poumon 1ère forme
13 jan	Qi Gong pour harmoniser l'estomac et renforcer la rate 1ère forme
14 jan	Qi Gong pour apaiser le cœur et calmer le sang 1ère forme
23 mars	Qigong du Petit Bâton pour nourrir la vie 1ère forme
24 mars	Qi Gong pour faire circuler l'énergie du foie et la vésicule biliaire 1ère forme
08-12 mai	à Camaret - Qi Gong pour renforcer les tendons et les muscles 1ère forme

Tai Ji - Yang Sheng Tai Ji (DYYSG) - un stage à Paris + un stage à Camaret

18 - 19 nov.	L'épée de Tai Ji pour nourrir la vie 1ère forme
08-12 mai	à Camaret - L'éventail de Tai Ji pour nourrir la vie 2ème forme

Lieu	23 rue de la Sourdière 75001 Paris
Horaires	samedi 9h30 -12h30 / 14h30 -17h30 dimanche 09h30 -12h00 / 14h00 -16h00

Les détails du stage **à Camaret** en pension complète à venir...

Tarifs & Inscription & paiement du stage en ligne

<https://www.helloasso.com/associations/racines-du-ciel/adhesions/stages-formation-2023-2024>

Tous les stages sont disponibles sur Zoom à Paris en direct lors du stage en présentiel

Merci de le préciser à l'inscription pour recevoir le lien

Les inscriptions aux stages sont obligatoires en ligne avec la totalité du stage **un mois au minimum** avant la date de début.

En cas de désistement majeur 10 jours avant la date du stage, vous pouvez être remboursé.

Cette formation s'adresse à tous ceux qui désirent un développement personnel ou professionnel au travers de la culture traditionnelle chinoise.

Dans ce cursus vous pourrez

- Avoir une connaissance des principes fondamentaux de la pensée chinoise au travers des écrits anciens. Qi, Yin-Yang, Cinq Eléments, Nourrir la vie
- Connaître et maîtriser la pratique et la théorie des Qigong de base, des différents organes et autres
- Apprendre à analyser les aliments et leur préparation et surtout savoir adapter l'alimentation à votre propre constitution.
- Découvrir et pratiquer des techniques de massage simples et efficaces pour le bien être quotidien.

Au travers de ces différents thèmes nous découvrirons donc d'un peu plus près la culture chinoise et tout ce que cette tradition millénaire peut apporter à la compréhension de la vie et à la façon de mieux la vivre.

La formation est répartie sur 2 ans afin de permettre d'évoluer en profondeur dans l'apprentissage du corps énergétique.

Pour ceux qui le désirent cette formation pourra se poursuivre par

Le Passage de Duan de Dao Yin Yang Sheng Gong (DYYSG)

à Paris avec Me SHI Ying dans le cadre de l'association Racines du Ciel qui est en lien avec l'Université d'Education Physique de Pékin en Chine.

Le diplôme sera délivré par l'Université d'Education Physique de Pékin

