

QI GONG

STAGES

APPROFONDISSEMENT - FORMATIONS

Samedi 21 octobre 2023
Dimanche 22 octobre 2023
Dimanche 14 avril 2024

Au château d'AULNOIS SUR SEILLE

09h00 – 12h00

13h30 – 16h30

SAMEDI 21 OCTOBRE

- Étude et révision des Qi Gong de santé
- Théorie
 - Introduction à la pensée traditionnelle chinoise
 - Bases de l'énergétique chinoise appliquées à la pratique du Qi Gong
 - Intention, alignement et équilibre
 - Pédagogie, comprendre et enseigner le Qi Gong

DIMANCHE 22 OCTOBRE

- **Zhi Neng Qi Gong** : Étude du premier niveau et éléments du niveau 2

DIMANCHE 14 AVRIL

Zhi Neng Qi Gong / théorie du Qi GONG / révisions



**WUSHU
FFK**



**Foyer rural des
ARMOISES**



**ADTAO
FORMATIONS**

**www.adtao.fr
06 62 12 26 54**

氣功