

QI GONG

STAGES

APPROFONDISSEMENT - FORMATIONS



Dimanche 18 septembre 2022

Au gymnase du Déristé à CUSTINES

09h00 – 16h30

Dimanche 9 octobre 2022

Samedi 28 et dimanche 29 janvier 2023

Samedi 15 et dimanche 16 avril 2023

Au château d'AULNOIS SUR SEILLE

09h00 – 16h30



**WUSHU
FFK**

DIMANCHE MATIN (09h00 - 12h00)

- Étude 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 et Dan Tian
 - Pédagogie, comprendre et enseigner le Qi Gong



**Foyer rural des
ARMOISES**

DIMANCHE APRES-MIDI (13h30 - 16h30)

- Zhi Neng Qi Gong
Étude du premier niveau
- Postures statiques

氣功



**ADTAO
FORMATIONS**

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