

# WEEK-END DE QI GONG

**Samedi 26 et dimanche 27 avril 2025**

**9h00 - 12h00 / 13h30 - 16h30**

**Au château d'AULNOIS SUR SEILLE**

**SAMEDI 26 AVRIL**

**Journée dirigée par**

**Christiane BOUTTET et Yannick COSTANZA**

**NEI YANG GONG**

**ZHI NENG QI GONG**



**NEI YANG GONG** : Partie 2 de la première méthode

**ZHI NENG QI GONG** : Niveau 1 (ouverture - fermeture - échanges de Qi)

**DIMANCHE 27 AVRIL**

**ZHI NENG QI GONG**

Théorie / niveau 1 / éléments du niveau 2

**STAGE OUVERT A TOUS**

Les cours ont lieu dans le gymnase du château (2ème étage)

Rue du château 57 590 AULNOIS SUR SEILLE

**REPAS TIRE DU SAC A MIDI**

**Inscription OBLIGATOIRE (nombre de places limité)**

(Utiliser la fiche d'inscription sur [www.adtao.org](http://www.adtao.org))



EN PARTENARIAT AVEC LE  
FOYER RURAL DES ARMOISES