

QI GONG DE L'EVENTAIL DE MULAN

en BOURGOGNE

au temple des milles bouddhas

DASHANG KAGYU LING

Château de Plaige

71320 LA BOULAYE - FRANCE

Renseignements, réservations : 03 85 79 62 53

Du 29 au 30 mai

9h / 17h

EVENTAIL DE MULAN.

Entre danse et combat, l'éventail (style Mulan) privilégie l'esthétique du geste. Il se pratique sous la forme d'un enchaînement de mouvements où le travail de l'axe du corps, du bassin, des poignets, de notre centre et la conduite de l'énergie est le même que dans les pratiques de Qi Gong et de Tai Ji Quan.

Ce style allie puissance, fluidité, grâce et force dans une recherche d'équilibre et d'agilité.

Nous aborderons durant le week-end la première et la deuxième forme.

N.B. : Prévoir une tenue ample. Un éventail vous sera fourni.

proposé par Carole Bastien,

diplômée de la fédération française de Wushu, enseigne le QI GONG depuis plusieurs années.

Coût du stage : 100 € (arrhes 40 €) + hébergement et restauration

renseignements/inscription :

03-29-52-60-87

troissoleils@yahoo.fr

possibilité de co-voiturage