

QI GONG DE L'OIE SAUVAGE

QI GONG DOUX ET BIEN-ETRE

en BOURGOGNE

au temple des milles bouddhas

DASHANG KAGYU LING

Château de Plaige

71320 LA BOULAYE - FRANCE

Du 21 au 22 août

Cette technique s'inspire de l'oie sauvage qui comprend 64 mouvements, associés à des principes de Qi Gong. C'est une synthèse de mouvements lents et rapides, souples et énergiques, amples et harmonieux.

Elle synchronise le statique et le dynamique, éveillant rapidement des sensations d'énergie et favorisant la circulation du sang.

Le Qi Gong est une gymnastique dite de santé et de longévité, liée à la médecine traditionnelle chinoise.

N.B. : Stage ouvert à tous et à toutes.

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

renseignements/inscription :

03-29-52-60-87

troissoleils@yahoo.fr

possibilité de co-voiturage