



# BULLETIN D'INSCRIPTION

## JOURNEE PORTES OUVERTES

Samedi 10 septembre 2022 de 10h00 à 17h00

Lucie D'ORIO vous invite à une journée « Portes Ouvertes »  
pour découvrir les techniques du QI GONG

Le **QI GONG de santé** est un enseignement de différentes techniques des Arts Millénaires traditionnels chinois, tant médicales que Martiales.

Les techniques agissent à la fois sur le physique et le mental grâce à la régularisation des souffles » **respiration et circulation du QI** « Le mouvement et le maintien postural du corps dicté selon des principes précis respectent une progression.

Le pratiquant arrive progressivement à augmenter et à contrôler sa force, à maîtriser ses émotions par la connexion et l'orientation du souffle, de l'enracinement et le lâcher-prise qui mène à la méditation, à mieux se centrer avec son être profond et accueillir ce qui émerge de cet enfant intérieur et l'accepter pour une vie meilleure (**Union Corps / Esprit**).

Du point de vue médical, ces techniques renforcent le système immunitaire. Elles permettent ainsi d'augmenter la capacité de défense contre les énergies perverses et de lutter plus efficacement en cas de maladies. Autrement dit, elles permettent de découvrir et de renforcer les fonctions instinctives du corps.

Pour faire connaître ces formidables Arts Millénaires, **Lucie D'ORIO** organise une journée « **Porte Ouvertes** » qui vous permettra de découvrir un monde nouveau.

L'observation vaut mieux qu'un long discours...  
L'expérience directe vaut mieux que l'observation...

### Programme :

- Qu'est-ce que le QI GONG
- Les principes de la pratique
- Les effets et les avantages
- Les démonstrations et cours d'essais

### INVITATIONS GRATUITES POUR TOUS AGES.

Pour toute information complémentaire me contacter au : 06 60 64 63 79

Lucie D'ORIO 83, rue Perthuis – 92140 - Clamart  
Site web : <http://www.qigong-therapeutique.com/>

---

**BULLETIN D'INSCRIPTION A RETOURNER A LUCIE D'ORIO**  
Portes Ouvertes **Samedi 10 septembre 2022 de 10h à 17h00**

Nom : \_\_\_\_\_ Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Code Postal : \_\_\_\_\_ Ville : \_\_\_\_\_

Téléphone : \_\_\_\_\_ Mail : \_\_\_\_\_

Date :

Signature :