



STAGE: MAWANGDUI DAOYIN SHU

15 janvier 2022

Ces exercices sont basés sur les illustrations du Daoyin nom d'une peinture datant de l'époque des Han découverte sur le site de Mawangdui à Changsha dans le Hunan.

Rédigés sous la direction du centre de gestion du Qi Gong pour la santé, ils respectent la circulation de l'énergie vitale dans les méridiens.

Ils concilient activité mentale et mouvements du corps, agissant non seulement sur les organes mais bénéficiant aussi aux articulations à travers le pivotement, le fléchissement et étirement des membres et du tronc.

Ils permettent d'entretenir la santé et de cultiver l'esprit.

Détendus et naturels les mouvements sont très changeants et agréables à pratiquer, et visent à rendre le corps plus souple.

Date	Horaires	Lieu	Tarif stage
Samedi 15 janvier 2022	De 09h30 à 12h30 - de 14h00 à 17h00	83, rue Perthuis 92140 Clamart	80 € la journée

Pour toute information complémentaire nous 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

STAGE: MAWANGDUI DAOYIN SHU (Samedi 15 janvier 2022)

Nom : _____ Prénom : _____

Adresse : _____

Code Postal : _____ Ville : _____

Téléphone : _____ Mail : _____

Je joins un chèque d'acompte de 20 € déductible à l'inscription du montant total du stage, à l'ordre de : Lucie D'Orio

Date : _____ Signature : _____