

QI GONG

Atelier d'été ouvert à tous

**Marche des 7 Etoiles*

**les 6 postures du Wu Dang*

** Qi Gong des 4 Directions*

Etang de la Bonde

&&&

du lundi 23 au vendredi 27 juillet 2018

7h – 10h30

&&&

Enseignement proposé par

Isabelle de Runz

cielterre@orange.fr / [06.85.31.84.77](tel:06.85.31.84.77)

Enseignée par Maître JUNG, ***LA MARCHÉ DES 7 ETOILES** est une mise en mouvement circulaire du Qi particulièrement efficace qui prépare au travail interne des 6 postures statiques du WU DANG 1.

LES 5 POSTURES DU WU DANG, représentent le schéma de la création, des forces et des principes structurants qui opèrent à partir du champ unifié originel, indifférencié, Wu Ji, pour engendrer la multiplicité de la manifestation.

***QI GONG DES 4 DIRECTIONS**, un des piliers des Qi Gong de Guo Lin, pour conduire le Qi dans les 3 Dan Tian, les 3 centres, en cultivant le calme et la détente, tout en se dirigeant face aux 4 points cardinaux. Il s'en suit ainsi une intense et profonde mobilisation de l'énergie vitale, le Qi, extrêmement harmonisante et apaisante tant pour le corps que pour l'esprit et le mental.

ENSEIGNEMENT

Isabelle de Runz (IEQG, FEQGAE, XIN'AN, Me Jung, Healing Universal Tao)

06.85.31.84.77 / cielterre@orange.fr

Merci de confirmer votre participation par mail au moins 2 semaines avant.

TARIF

150 € les 5 matinées / 35 € la matinée

Bien que l'enseignement suive une progression, il est possible de venir sur une, deux, trois ou quatre matinées.