



L'Atelier QiEtude organise des cours hebdomadaires, des stages et des retraites d'été résidentielles sur Nantes et sa région afin de diffuser et promouvoir le Qi Gong traditionnel.

Les professeurs sont diplômés de la **FEQGAE** (Fédération des Enseignants de Qi Gong Art Energétique).

Le site de L'Atelier QiEtude, [www.cours-qigong.fr](http://www.cours-qigong.fr), propose des articles (plus d'une centaine à ce jour) en libre accès pour le grand public et d'autres privés dédiés à ses adhérents actifs.

L'Atelier QiEtude invite également régulièrement des experts de renommée internationale.

Vous êtes passionnés comme nous par les arts internes chinois ou vous souhaitez les découvrir ? Rejoignez-nous à tout moment pour goûter en toute simplicité à ces disciplines plusieurs fois millénaires.

## RENSEIGNEMENTS

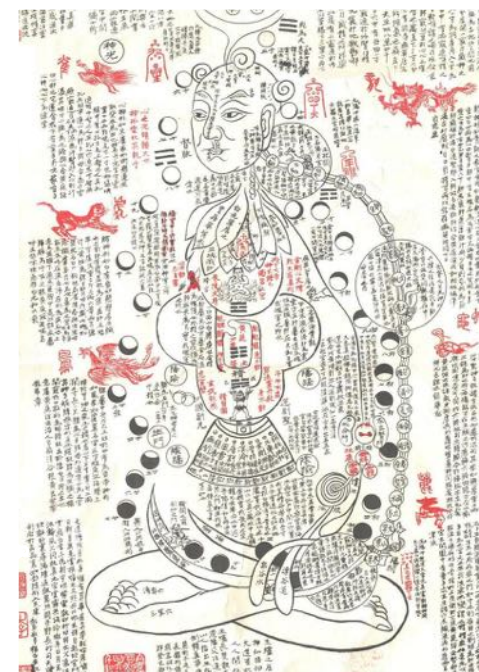
ATELIER QIETUDE

06 42 91 77 20

[www.cours-qigong.fr](http://www.cours-qigong.fr)

ATELIER  QIETUDE

# STAGES QI GONG 2018 - 2019



NOURRIR & PROTÉGER LA VIE 

## VOS INFORMATIONS

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

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

Portable : \_\_\_\_\_

Fixe : \_\_\_\_\_

Profession : \_\_\_\_\_

Date de naissance : \_\_\_\_\_

Email (EN CAPITALES) : \_\_\_\_\_

- Avez-vous déjà pratiqué le Qi Gong, si oui combien de temps ?
- Avez-vous des problèmes de santé ?
- Comment nous avez-vous connus ?

J'accepte que les informations saisies dans ce formulaire soient utilisées pour le traitement des adhésions et l'envoi d'informations sur les stages.

Signature & date

## INSCRIPTION STAGES

### Fondations de la méditation taoïste

Date : 9 décembre 2018

Horaires : 10.00 - 18.00

Tarif : 75 euros / 1 jour + 10 € si non-adhérent

**Je joins 1 chèque d'arrhes de 50 €**

### Ba Duan Jin du Nord

Date : 16 & 17 mars 2019

Horaires : 10.00 - 18.00

Tarif : 150 euros / 2 jours + 10 € si non-adhérent

**Je joins 1 chèque d'arrhes de 75 €**

### Tai Ji & Qi Gong avec Liang De Hua

Date : 18 & 19 mai 2019

Horaires : 10.00 - 18.00

Tarif : 150 euros / 2 jours + 10 € si non-adhérent

**Je joins 1 chèque de 150 €**

*L'inscription est ferme et définitive. En cas d'annulation du fait de l'organisateur, celui-ci s'engage à rembourser les arrhes versées. - 20% pour demandeurs d'emploi et étudiants (sur justificatif) à l'exception du **stage avec Liang De Hua**. Chèques vacances acceptés.*

MERCI DE RENVOYER VOTRE RÈGLEMENT À :

### ATELIER QIÉTUDE

6, avenue des Nèfles

44300 Nantes

## 2018-2019

### FONDATIONS DE LA MÉDITATION TAOÏSTE

Depuis de nombreux siècles (tradition héritée de l'Empereur Jaune et de *Lao Tseu*), les ermites de la tradition taoïste ont accumulé un savoir-faire unique dans la pratique méditative. Leur sagesse et leur génie ont engendré la tradition alchimique qui vise à produire l'élixir d'immortalité ou de longévité *Shòu* 寿. La première étape consiste à rendre le corps physique (Jing) plus conducteur avec les exercices de Qi Gong ou Daoyin...

### BA DUAN JIN DU NORD retour aux sources du Qi Gong

**Ba Duan Jin du Nord** est une forme très ancienne de Qi Gong (*Bodhidharma* en serait le fondateur mythique. Adapté ensuite par le général *Yu Fei*, qui les rendit populaires et les utilisa pour renforcer ses troupes en un temps record). Ba Duan Jin est une étape préliminaire dans le temple de *Shaolin* pour préparer au travail plus profond sur les tendons/fascias : Yi Jin Jing....

### TAI JI & QI GONG AVEC LIANG DE HUA

Le **Tai Ji Quan** est reconnu depuis longtemps déjà, (ainsi que le Qi Gong), comme une pratique prophylactique et holistique. Il permet de prévenir les maladies et de maintenir un excellent état de santé et, d'une manière générale, de favoriser le bien-être et la relaxation, tant sur le plan physique que mental.

L'Atelier QiEtude a l'honneur d'inviter **Maître Liang De Hua** : un maître authentique de l'école de Tai Ji Quan Yang, pour un stage exceptionnel...

*Stages animés par Mohammed Saïah  
sauf Tai Ji & Qi Gong par maître Liang De Hua*