

QI GONG (功氣)



Art énergétique de santé du **corps et de**

l'esprit, voie de sagesse et

d'intelligence

Source de

rajeunissement...

2020/2021 : à Prin-Deyrançon

Jeudi 18 h 30 / 20 h

Salle polyvalente

À partir du 10 septembre 2020

Des cours via zoom pourront être proposés

Contact : **MC Gadomski**

tel : Cathy 06 89 35 32 51

mail : l.etredeqi@yahoo.com

Nota : 1 séance découverte offerte le 10 septembre

Présentation du Qi GONG

Le **QI** (énergie ou souffle originel) est au cœur de la vie. Le **QI GONG** (travail sur les énergies) permet d'harmoniser le corps, L'objectif est d'apprendre à se détendre pour libérer son QI. Progressivement le stress et les douleurs chroniques disparaissent. On découvre alors son énergie subtile, véritable joyau de la vie. Celle-ci libérée, puis maîtrisée, permet de se régénérer et se réguler en profondeur ; alors le bien être s'installe dans notre corps et notre tête.

Par une pratique régulière, le **QI GONG** apporte : bonne santé, meilleure gestion du quotidien, force intérieure, confiance en soi, intuition, quiétude, joie de vivre...

La pratique de cet art interne chinois, tout en lenteur et en subtilité, en douceur et en poésie, est une invitation à retrouver, à travers le ressenti corporel, le chemin d'une conscience corporelle reliée à la source de jouvence (QI).

Professeur

Marie-Christine Gadomski (20 ans de qi gong et yoga)
Dipômée en Qi gong par la FAEMC et en Qi Gong Sibérien
Spécialisation en Qi gong de la Femme par : Liu Dong, Liu He et Liu Ya Fei.
Formation continue : Victor Zalajnov

Adhésion 20 € Obligatoire

Participation aux cours : Cours / an : 330 €

Tarif à la séance (exceptionnel) : 14 € le cours

Inscription Qi Gong 2020 /2021 à compléter

Lieu de Pratique

Nom :

Prénom :

E-MAIL :

Date de naissance :

ADRESSE.....

Profession :

Tél :

Confidentiel : avez- vous des problèmes de santé ?
(Hypertension, mal au dos, arthrose, dépression, migraine, cancer, problèmes : digestif, de sommeil, respiratoire, nerveux, cardiaque, ...) merci de préciser ci-dessous ou entourer ↑

Avez-vous subi une intervention chirurgicale importante durant cette année précisez :

J'atteste ne pas avoir de contre indication médicale pour la pratique du qi gong . (lu et approuvé)
Signature :