

Association La Coloquinte
www.qigong-lacoloquinte.com

Stage Qi Gong de L'Oie Sauvage

Ou Da Yan Qi Gong
Et lecture du Lao Tseu

Avec

Maître Zhou et Isabelle Gougeon

*Stage ouvert à tous, pour simplement
pratiquer ou approfondir ce bel art de la vie.*

Le DaYanQiGong, pratique corporelle énergétique est composée de mouvements d'une grande beauté représentant la vie quotidienne de l'oie sauvage : déployant ses ailes, volant dans le ciel et au dessus des eaux, ect....
Assouplie les épaules. **Fortifie** les lombaires. **Libère** la respiration. **Fait circuler** l'énergie dans les méridiens.

Au programme : 2^{ème} méthode
Travail du bâton

WE du 2 et 3 avril 2016

**Samedi 14h-17h30h et
Dimanche 10h -12h30 et 14-17h**

**Le samedi à 18 h conférence sur le Qi Gong par
Me Zhou et I. Gougeon**

à la Maison du Temps Libre à STELLA
1022 Bd de Berck



Tarif : 110 € le WE

Renseignements et Inscriptions

www.isa.gougeon@sfr.fr

06 12 45 43 11

Pour tout hébergement contactez les offices du tourisme :
www.stella-plage.fr ou www.letouquet.com