

CENTRE HUNYUAN FRANCE 法国混元中心  
www.hunyufrance.com

太极棒气功

## Stages de Taiji bang Qigong

Les dimanches 07 Septembre, 12 Octobre, 30 Novembre  
2008 de 9h30 à 12h30

au Centre CHYF, 83 avenue de Villeneuve Saint Georges  
94 600 Choisy le Roi (Accès facile par RER C)



Animé par **Le-My LAC**

Institutrice de l'Institut Martial Zhiqiang (Beijing) en France

北京志强武馆 骆丽薇老师

*Tout en douceur, s'étirer, tordre en spirale, tourner autour de la ceinture Daimai, faire le circuit Zhoutian, faire vibrer l'énergie des centres DanTian, se déplacer dans les directions des points cardinaux, autant d'exercices qui permettent relier le corps et l'esprit. La souplesse articulaire se met en place au fur et à mesure. Ces techniques se basent sur les notions de la médecine traditionnelle chinoise, avec l'avantage de la stimulation directe des méridiens de la main en manipulant un petit bâton, appelé Taiji bang. Aide à se recentrer, à trouver son équilibre, à renforcer le travail de la symétrie et de l'axe, de la coordination et à augmenter la poigne. Lors des Forums de Qigong (en France et en Europe), plusieurs centaines de participants ont été initiés par Madame Lac à cet art de bien-être.*

Contenu du stage : Détente du corps et harmonisation sur le Qi: purification, accumulation, mobilisation des centres énergétiques et travail des huit potentialités Bafa.

Public : accessible à tout public, pratiquants ou non d'un art martial. Travail de préparation et de renforcement en poussée de mains pour les pratiquants de Taiji quan

Renseignements : Centre HunYuan France (CHYF)  
Tel : 01 48 90 49 89 ou 06 30 58 0612 info@hunyuanfrance.com  
Participation aux frais : 25 €/stage.

Date limite des inscriptions : le 30 Août 2008 (Attention : Places limitées).

Se munir d'une assurance individuelle pour les non licenciés de FFWaemc.

## Bulletin d'inscription

Nom- Prénom : .....

Adresse .....

Email : .....

Téléphone .....

Date :

Signature :

Je m'inscris aux dates suivantes du Taiji Bang qigong :

Le 7 Septembre 2008 (25€)	25€
Le 12 Octobre 2008 (25€)	25€
Le 30 Novembre 2008 (25€)	25€
<b>Total</b>	
<b>La série des trois stages (65€)</b>	<b>65€</b>

J'envoie, accompagné du bulletin d'inscription, le chèque à l'ordre de C.H.Y.F., à l'adresse CHYF, 83 Av de Villeneuve Saint Georges 94600 Choisy-Le-Roi.