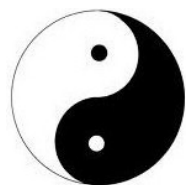


Le Qi Gong fait partie de la tradition énergétique chinoise au même titre que l'acupuncture. Cette pratique consiste par la pensée profonde et la gestuelle lente, à faire circuler l'énergie interne, le CHI, comme dans le Tai Chi Chuan mais de manière plus directe.

Ce Qi Gong des yeux, permet de mettre en circulation l'énergie dans les méridiens du corps puis de l'amener dans les mains pour pouvoir travailler sur les yeux. La pratique régulière du Qi Gong ainsi qu'une bonne hygiène des yeux améliorent l'acuité visuelle et préviennent le vieillissement de l'œil. Toute difficulté visuelle est améliorable, voire même guérissable.

Laissez-vous guider pour avoir un autre regard sur vous-même et sur la vie.



Renseignements pratiques :

Coût du stage et hébergement : 230€

(90€ d'arrhes à l'inscription avant le 05/10/23)

Pour ceux qui viennent de loin, possibilité d'arriver la veille (avec supplément).

Réductions possibles pour les demandeurs d'emploi, par famille, ...

-30 € pour ceux qui ont déjà participé à ce stage

Des plats à partager sont à apporter.

N'oubliez pas d'amener vos draps (dessous + dessus) ainsi qu'un matelas mousse ou une couverture et un coussin pour les pratiques au sol.

Itinéraire :

De Tréguier, aller jusqu'à Plougrescant, à l'église prendre à gauche direction Pors Scaff. Aller jusqu'à la mer, grande maison tout de suite à droite face à la plage au n°4.

Stage de QI GONG



des yeux

**Conseils pour une bonne hygiène de vie
des yeux pour voir clair**

14 et 15 octobre 2023

à Plougrescant (22), gîte face à la mer

**Du Samedi 11 heures
jusqu'au Dimanche 16h**

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

Par mail à dk_tc_qg@yahoo.fr ou téléphone au 02.96.48.10.08

(obligatoire avant le 05/10/23, places limitées)

Dietlinde KOLTZER

Les Spirales de l'Energie

www.taichiqigong.e-monsite.com

