



La fille de Jade

1 Place St Orens
82000 Montauban Tél : 05 63 66 92 30
Email : lafilledejade@icloud.com
Site : <http://lafilledejade.org>

stage QI GONG : Dimanche 20 Novembre 2022

Qi Gong de la Sagesse, ou Qi Gong de l'Intelligence du Cœur

LE ZHI NENG QI GONG

a été créé dans les années 1980 par maître Pang He Ming (médecin traditionnel chinois)
Sa pratique fait découvrir ses richesses. Facile à apprendre il convient au plus grand nombre.
Ses objectifs généraux: Conservation et entretien de l'état de santé. Assouplissement du système musculaire et articulaire.. Ouverture plus grande de l'esprit et de l'intelligence.

PENG QI GUAN DING FA : 1ère méthode, Se centrer , capter l'énergie du ciel, de la terre et de la nature, la faire circuler dans le corps, pour qu'il y ait un bon échange entre l'intérieur et l'extérieur. Le Qi originel et celui de corps ne forme plus qu'un, et ainsi retrouver l'unité.



Animé par Anne EGRON:

Professeur de diplômée de la Fédération de Qi Gong Union Pro. Grâce au Qi Gong, un voyage intérieur s'offre à vous, à l'écoute des messages du corps (tensions musculaires et articulaires, gêne respiratoire, tensions émotionnelles, stress...) pour accéder à la présence à soi et à l'instant, pour retrouver un état d'ouverture.

Le lieu : palais des sports 2 Rue du général d'Amade 82000 Montauban (salle fitness)

Le repas : Tiré du sac.

Horaires : Accueil à partir de 9h45 Cours 10h00 à 12h30 et 14h00 à 16h30

Le tarif : tout le stage = 50 € (non adhérent +15€)
uniquement la matinée = 30€ (non adhérent +15€)

INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES : auprès de l'Association La Fille de Jade Anne Egron Email: lafilledejade@icloud.com Site : www.lafilledejade.org
Par courrier 1 Place Saint Orens 82000 Montauban tél : 05 63 66 92 30 et 06 72 45 05 52

Nom :	Prénom :
Adresse postale :	
.....	
Date de naissance :	
Email : @	
Tel : je joins le chèque de ma participation pour valider l'inscription	

Fait à : , le :

Signature :