

Cours de QI GONG - Pau
phoenix.bleu64@gmail.com

- MJC Berlioz Maison de la Montagne, rue Berlioz

Lundi : 17h30 - 18h Méditation
18h - 19h Qi Gong

mercredi : 12h - 12h30 Méditation
12h30 - 13h30 Qi Gong

jeudi : 12h - 12h30 Méditation
12h30 - 13h30 Qi Gong

- Stade Blanchard, 81 Bd Hauterive

mercredi : 17h45 - 18h15 Méditation
18h15 - 19h30 Qi Gong

- Centre Synergie, 17 avenue Vignancour

vendredi : 12h30 - 13h30

Tarif :
300 € annuel
(cotisation + adhésion + assurance)
payable en 3 chèques

Stages de Qi Gong :

Di 29 Octobre 2017 (Journée)
Di 17 Décembre 2017 (Journée)
...

Renseignements / inscriptions
phoenix.bleu64@gmail.com

site : www.phoenixbleu.fr

Août 2017 - 1

Initiation au Clair Ressenti :
(selon la méthode de Yann Lipnick)

Nous vivons au cœur d'un environnement dont la richesse est magnifique. Nos gestes quotidiens, nos paroles, nos pensées s'impriment en lui sans que souvent, nous ne le percevions.

Le Monde ne nous appartient pas, mais nous appartenons au Monde.

Les peuples invisibles de la Terre remplissent nos livres d'enfance, nos Histoires, nos mythologies, nos religions.

C'est la communication avec ces forces invisibles d'Amour que nous vous proposons.

La Nature nous offre leurs visages évoqués dans chaque arbre, chaque pierre, chaque parcelle de Vie.

Ouvrez les yeux ! Laissez vos souvenirs d'enfance surgir, et écoutez votre voix intérieure...

Tout est là !

- **Mystères du Corps Humain** :
06 au 08 Oct. 2017
- **Le monde de l'Intraterre** :
13 au 15 Oct. 2017
- **Dons et Missions de Vie**
17 au 19 Nov. 2017
- **Animaux, Végétaux et Minéraux Totem**
24 au 26 Nov. 2017
- **Journée découverte du Clair Ressenti**
01 Nov. 2017

Équilibrage Énergétique niveau 1 et 2 :
02 au 05 Nov. 2017

Équilibrage Énergétique niveau 3 :
08 au 11 Déc. 2017

Association
LE PHOENIX BLEU



QI GONG
pour tous /

BIOENERGIE

2017 – 2018

site : www.phoenixbleu.fr

Le mot Qi Gong est composé de deux idéogrammes chinois :

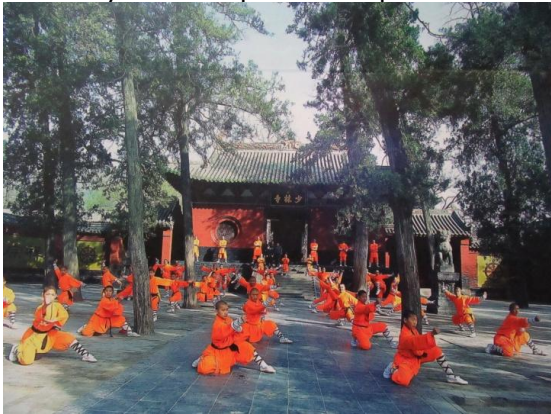
氣
功

Qi, qui se traduit par souffle, énergie

Gong, qui désigne tant le travail, le moyen utilisé, que la maîtrise, le but recherché

Qi Gong signifie donc le **travail de l'énergie**, aussi bien que la maîtrise de l'énergie.

Il désigne un ensemble de pratiques énergétiques variées issues de la culture traditionnelle chinoise, visant à l'**épanouissement** individuel et au **bien-être**, à l'entretien de la santé, à l'**harmonie** entre le corps et l'esprit ainsi qu'à l'**équilibre** général entre les parties du corps et les systèmes qui le composent.



Le but général est de **faire circuler l'énergie** dans le corps et de la renforcer, en s'inspirant des connaissances développées par la Médecine Traditionnelle Chinoise (MTC).

Le Qi Gong est **accessible à tous et à tout âge** de la vie. Il ne nécessite pas de condition particulière.



Le Qi Gong est également une bonne pratique à toutes les disciplines sportives, artistiques et éducatives puisque ce **travail interne** par le **placement juste** et la bonne **perception du corps** favorise la **conscience** de son fonctionnement et développe la **concentration**, la **disponibilité** et la **créativité**.



ENSEIGNANTE Corinne BISSONNIER

Praticienne en MTC au centre Synergie, membre de l'UFPMTC (Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise)

Professeure diplômée de la FEQGAE (Fédération des Enseignants de Qi Gong et Arts Energétiques),

Géobiologue

Bioénergéticienne, formatrice de l'école Ôvilorôï

40 ans de pratiques (judo, aikido, jiu jitsu, zen, yoga, taiji quan, Qi Gong)

"Tu me dis que l'on ne peut prendre la lune dans une flaque d'eau avec sa main.

Pourquoi ?

As-tu peur ?

Prends un peu d'eau dans ta main, et tu y trouveras la lune. "

