

Cours de QI GONG - OUVERT A TOUS
Pau

phoenix.bleu64@yahoo.fr

- MJC Berlioz Maison de la Montagne, rue Berlioz

Lundi : 18h - 19h

Mercredi : 12h30 - 13h30

Jeudi : 12h30 - 13h30

- Stade Blanchard, 81 Bd Hauterive

Mercredi : 18h15 - 19h30

Tarif :

300 € annuel
(cotisation + adhésion + assurance)

payable en 3 chèques remis au moment de l'inscription

Renseignements / inscriptions

phoenix.bleu64@yahoo.fr

site : www.phoenixbleu.fr

Août 2018

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 !

- Initiation au Clair Ressenti et la Médecine Traditionnelle Chinoise

07 au 10 Sept. 2018

- Initiation au Clair Ressenti - Dons et Missions de Vie

16 au 19 Nov. 2018

- Équilibrage Énergétique niveau 1 :

23 au 26 Nov. 2018

- Équilibrage Énergétique niveau 2 :

30 Nov. au 03 Déc. 2018

14 au 17 Déc. 2018

Association
LE PHOENIX BLEU



QI GONG
pour tous

BIOENERGIE

2018 – 2019

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 Médecine Traditionnelle Chinoise, membre de l'UFPMTC (Union Française des Professionnels de MTC)

Professeure diplômée de l'Union Pro Qi gong FEQGAE

Formatrice agréée de l'école ÔVILORÔÎ en bioénergie et géobiologie

45 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. "

