



**INSTITUT DU QUIMETAO**  
法国中华传统文化学院

# STAGE D'ÉTÉ DE QI GONG

**Du 3 au 7 juillet 2024**

Le Qi Gong trouve son origine dans la Médecine Traditionnelle Chinoise qui date de cinq mille ans.

La pratique et les méthodes du Qi Gong permettent de développer le souffle interne (Qi) et de le faire circuler librement dans les méridiens d'acupuncture. L'esprit et le système immunitaire s'en trouvent renforcés. Le Qi Gong joue donc un rôle essentiel pour la santé et permet en outre de développer le "Dao" ou vertu, qualité essentielle pour un équilibre émotionnel et psychique.

L'Institut du Quimetao vous propose un stage de Qi Gong assuré par le Docteur JIAN, 7eme Dan en Wu Shu, diplômé de l'Université de Médecine Traditionnelle Chinoise de Guangzhou, fondateur du Qi Gong Quimétao, créateur du « Dao de l'Harmonie », Professeur des hôpitaux en Chine

## Programme du stage

LES SIX SONS THERAPEUTIQUES : Gestuelle du corps associée à un son particulier pour chacun des organes. Cette méthode stimule la purification des organes.

BING QI PAI FANG FA : Dispersion des énergies perverses ; méthode d'allègement du stress physique et psychique.

WU QIN XI : Les Cinq Animaux s'inspire des mouvements des cinq animaux que sont le tigre, le cerf, l'ours, la grue et le singe. Par l'imitation de ces animaux, le pratiquant stimule son énergie et sa vitalité.

TECHNIQUE SPONTANÉE DES CINQ ANIMAUX : Cette méthode permet, par des gestes spontanés, de libérer l'énergie interne.

**Date :** Les 3, 4, 5, 6, 7 juillet 2024 de 9h30 à 12h30 et 14h00 à 17h00.

**Lieu :** 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaité

**Prix :** 900 € ou 1 jour : 280€ (non adhérents ou sociétés : 1500 €).

Un versement de 120 € d'acompte sera demandé à l'inscription.

**Renseignements : 01 43 20 70 66**

.....  
**BULLETIN D'INSCRIPTION** à retourner à : Institut du Quimetao 57, avenue du Maine 75014 Paris

NOM : ..... Prénom : .....

Adresse : .....

Code postal:..... Ville : .....

Tél : ..... E-mail (en majuscule) : .....

Je désire suivre les cours et joins un chèque de 50 € d'acompte, non remboursable, à l'ordre de « Dao & Harmonie ».

Date :

Signature :

Stage Eté 2407