



**INSTITUT DU QUIMETAO**  
法国中华传统文化学院

# LONGÉVITÉ TAOÏSTE

**Le 1<sup>er</sup> mars 2025**

« Ba Xian Qing Shou Gong » - " Les Huit immortels se félicitant de la longévité", est une technique issue de l'art Taoïste de longévité. Dans cette technique, les déplacements se font selon la forme de l'idéogramme « Huit » (八); les mains se joignent selon le symbole du Tai Ji et prennent la forme du « Huit » (八), d'où son nom.

Pendant la pratique, on doit veiller à serrer l'entrecuisse et à bien faire pivoter la taille, afin de renforcer les reins – racine de l'énergie innée. Grâce aux gestes harmonieux de tout le corps, aux mouvements souples de la colonne vertébrale, on renforce les fonctions des reins; on améliore ainsi les fonctions des organes et favorise la santé. La capacité à se défendre contre les énergies perverses est accrue et la vie prolongée.

Maître JIAN Liujun, 8<sup>ème</sup> Dan Wushu, fondateur du Qi Gong Quimétao et créateur du Dao de l'Harmonie, diplômé de Médecine Traditionnelle Chinoise de l'U. M. T. C. de Guangzhou, Professeur des Hôpitaux en Chine, propose un stage concernant cette technique de Qi Gong.

## **Dates et horaires :**

**Le 1<sup>er</sup> mars 2025, 9H30-12H30, 14H00-17H00**

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

**Prix :** 200 € (non adhérents ou sociétés : 350 €).

**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 :

Longévité2503