



**INSTITUT DU QUIMETAO**  
法国中华传统文化学院

## Qi Gong Pour les Reins

**Le 6 juin 2026**

Les reins sont la racine de l'énergie innée de notre corps. Dans la vie quotidienne, en doit bien soigner les reins, car l'énergie innée est considérée comme le capital vital, si on le dépense trop vite, notre vieillissement arrivera plus tôt que la normale, dans le cas contraire, on peut prolonger notre vie et ralentir le processus de vieillissement. L'un des buts le plus important de la pratique du Qi Gong est de renforcer l'énergie des reins. Si les reins fonctionnent bien, on peut obtenir plein d'énergie et nourrir le sang. Le corps nous maintiendra ainsi en bonne santé. Dans le cas contraire, on mangera l'énergie et le sang. Donc il est très important tant pour la prévention que pour le traitement des maladies.

Dans ce stage, Dr JIAN vous développera comment appliquer les principes du Dao de l'harmonie pour soigner les reins. A travers des mouvements souples, amples et surtout harmonieux, accompagnés de visualisations agréables et de souffle interne, le Qi Gong pour les Reins permet de renforcer notre énergie vitale, faire circuler l'énergie dans les méridiens des Reins et de la vessie. Elle exerce une influence réelle sur la prévention et l'amélioration de maladies chroniques telles que douleurs et faiblesse de la zone lombaire et des genoux, aversion pour le froid, membres froids, vertiges, éblouissements, stérilité, impuissance...

**Date : le 6 juin 2026 de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h.**

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

**Prix : 250 €. Adhésion annuelle scolaire à l'Ass Quimetao : 37 €.**

Les non-adhérents ou les sociétés : 450 €.

Un versement de 50 € 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 :