



**INSTITUT DU QUIMETAO**  
法国中华传统文化学院

## Qi Gong Pour le Cœur

**Le 5 décembre 2026**

Le Cœur est l'organe le plus important de notre corps, car il domine notre « Shen » ; il est donc considéré comme le « Roi » parce que, grâce à la domination du « Shen », il influence tous les autres organes. Il est aussi la source primordiale de la circulation sanguine et de l'énergie. Dans la vie quotidienne, on doit en prendre bien soin. Si le cœur fonctionne bien, on est de bonne humeur, l'énergie et le sang circulent correctement dans le corps ; les autres organes sont ainsi maintenus en bon état de fonctionnement. Dans le cas contraire, on risque d'avoir des problèmes mentaux ou des problèmes liés à la circulation de l'énergie et du sang.

Dans ce stage, le Docteur JIAN Liujun expliquera et développera ensuite pour vous, les applications des principes du Dao de l'harmonie pour soigner le cœur. A travers des mouvements souples, amples et surtout harmonieux, accompagnés de visualisations agréables et du souffle interne, le Qi Gong pour le Cœur permet de renforcer notre « Shen », de faire circuler l'énergie et le sang dans les méridiens du Cœur et du Petit Intestin. Cette pratique exerce une influence réelle sur la prévention et l'amélioration des maladies chroniques, telles que l'angine de poitrine, l'insomnie, le manque de concentration, la nervosité, le stress, la mauvaise circulation et les douleurs.

**Date : le 5 décembre 2026 de 9h30 à 12h30 et 14h à 17h.**

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

**Prix : 300 €. Adhésion annuelle scolaire à l'Ass Quimetao : 37 €.**

Les non-adhérents ou les sociétés : 550 €.

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 :

QG-Cœur 2612