



BULLETIN D'INSCRIPTION

Qi Gong thérapeutique animé par la **Doctoresse Tran Huynh Hue**

Samedi 4 décembre 2021 de 14h à 18h

(se présenter 15 minutes avant le début du stage)

Espace Jules Verne – 5 rue Clément Ader à Aulnay-sous-Bois

La pratique du Qi Gong est axée sur l'importance de la circulation des énergies vitales (Qi) dans notre corps afin de prévenir les maladies et d'éviter qu'elles ne s'installent.

L'objectif du stage est de comprendre les origines théoriques du Qi Gong et leur application concrète dans la pratique courante.

Le stage permettra de découvrir ou revoir deux applications concrètes à visée thérapeutique : les « six sons thérapeutiques » et les auto-massages.

Le stage est animé par la Doctoresse Tran Huynh Hue médecin acupuncteur, homéopathe, phytothérapeute et micronutritionniste depuis plus de 40 ans et professeur de Qi Gong depuis une trentaine d'années. Auteur du livre " QI GONG pour vaincre le stress, la fatigue chronique et la dépression nerveuse "

Au programme

Comprendre les origines du Qi Gong.

Le Qi Gong résulte de la synthèse entre philosophie (Tao) et médecine traditionnelle chinoise. La pratique n'est que l'application de cette synthèse autour de laquelle tournent toutes les méthodes. Une fois compris les fondements théoriques, la pratique devient plus facile et plus efficace.

Les 6 sons thérapeutiques ou «Liu Yin Gong»

Cette méthode permet de travailler conjointement les mouvements, les sons et l'intention. Les cinq premiers sons correspondent aux cinq organes (foie, poumons, reins, rate, cœur) et le sixième concerne le triple réchauffeur.

Le Do-In assis

Pratique d'auto-massage des zones ou points d'acupuncture. A ce titre, cette pratique fait partie de la médecine traditionnelle chinoise

**Participation pour les adhérent.e.s. : 20 euros
(+ 10 euros pour les non adhérent.e.s à l'association le Roseau)**

Adhérent.e oui non

NOM : Prénom :

ADRESSE (à compléter uniquement pour les non adhérent.e.s) :

CODE POSTAL : VILLE.....

TELEPHONE..... EMAIL : @.....

Ci-joint mon règlement de euros

- par chèque à l'ordre du **CAMC LE ROSEAU**

- en espèces

Toute annulation dans les 4 jours précédents le stage, ne donnera lieu à aucun remboursement.