

# QI GONG du BÂTON

Taiji Yangsheng Zhang

Qi Gong pour la Santé - Série officielle



Apprendre toute la série sur  
5 ateliers de 3 heures  
Samedi de 9h-12h



samedi 14/12/2020 Bréal s/Montfort

samedi 09/01/2021 Guichen

samedi 06/03/2021 St Erblon

samedi 29/05/ 2021 Bréal s/Montfort

samedi 26/06/2021 Bourg-des-Comptes

Sur inscription : inscription sur les 5 ateliers obligatoirement.

Tarif : 150 € les 5 ateliers (tarif spécifique élève)

Les exercices du Taiji Yangsheng Zhang du Qi Gong pour la santé ont pour caractéristiques de

- \* Apporter une **cohérence du corps** et de l'esprit conduite par le bâton
- \* Prendre la taille comme axe, et **harmoniser les mouvements** du corps et du bâton
- \* Combiner le **massage** et le mouvement du bâton
- \* Produire des **mouvements arqués** dans toutes les directions
- \* Utiliser le bâton comme **prolongement du bras**



**Sur inscription :**

Fiche sur le site ou transmise par mail

[www.artsqigong.com](http://www.artsqigong.com)



[contact@artsqigong.com](mailto:contact@artsqigong.com) - 06.11.76.42.48.