



## STAGE DE DA YAN QI GONG

SAMEDI 26 & DIMANCHE 27 NOVEMBRE

[www.qigong-lacoloquinte.com](http://www.qigong-lacoloquinte.com)



Maison du Temps Libre  
1022 Boulevard de Berck  
62780 Cucq-Stella-Plage

**ZHOU Jing Hong**  
**Jean-Louis DESCLOS**  
**Monique HOCQUET**

*Ce stage s'adresse aux débutants comme aux confirmés, découverte et pratique de la méthode Qiang Yao Jian Shen Gong ainsi que du qi-gong du développement personnel (Kai Fa Gong), centré sur le Dan Tian Supérieur, théorie et méditation*

### **Horaires :**

#### **Samedi 26 novembre**

- 9h30-12h30
- 14h-17h

#### **Dimanche 27 novembre**

- 9h30-12h30
- 14h-17h

*Ensemble de mouvements lents ou dynamiques, fluides, doux et harmonieux, le corps est détendu, l'esprit est calme. On se plie, on se penche, on s'étire*

### **Renseignements & inscriptions :**

Monique HOCQUET ([hocquetmonique54@gmail.com](mailto:hocquetmonique54@gmail.com))

### **Tarif :**

- 80€ pour 1 journée
- 150€ pour les deux jours

*Prévoir une tenue souple pour la pratique, un coussin pour la méditation et un tasse pour le thé ou le café*