

Stage Da Yan Qi Gong

ou Qi Gong de l'Oie Sauvage

Avec Maître Zhou Jing Hong

- 3 jours du 14 juillet 13h au 17 juillet 2021 13h.
- Moulin des Bouillons à Saintigny (28).
- Environ 1h 30 de Paris. Gare proche : La Loupe.
- Coût du stage : 300 €.
- Pension complète en chambre double (210 € les 3 jours).



Stage de Da Yan Qi Gong juillet 2021

- Au programme pratique du Da Yan Qi Gong:
 - 1^{ère} forme du Da Yan Qi Gong 64 mouvements
 - 2^{ème} forme du Da Yan Qi Gong 64 mouvements en arrière
 - Mouvements pour renforcer les lombaires
 - Mouvements pour renforcer le cœur
 - Pai Da Jian Shen Gong
 - Yu Bei Shi
 - Méditations
- Rythme quotidien:
 - 7h à 8 h Qi Gong matinal
 - Puis pratique de 9h à 12h et de 15h à 18h
 - 2 soirées méditations ou révisions
- Modalités pratiques:
 - Demandes de renseignements à adresser à sylvie.choron1@gmail.com
 - Coût du stage : 300 € à régler par chèque au nom de Mr Zhou Jing Hong.
 - Règlement à faire parvenir à Sylvie Choron 3 allée des saules 95390 Saint Prix
 - Encaissement des chèques : début du stage.
 - En cas de désistement pas de retour du règlement après le 30 juin 2021.
 - En cas d'annulation restitution des règlements effectués.
 - Hébergement en pension (Chambres doubles) : 210 €
 - Possibilité de repas (en sus) le jour de l'arrivée
 - Règlement sur place à l'arrivée
 - <http://www.moulindesbouillons.com/>