



Stage suprême de Zhi Neng Qi Gong

Animé par Maître Zhou Jing Hong

Du mardi 12 juillet 2022 au samedi 16 juillet 2022

Au Domaine du Qi Gong à Saleilles (Pyrénées Orientales)

INSCRIPTION Stage suprême 2022

Mr Mme NomPrénom

Adresse

.....Code PostalTéléphone

Mail

Coût du stage : 450 €

Mode de règlement Chèque Espèces

Je règle la totalité du stage, soit 450 €

En cas de désistement, pas de remboursement après le 01 juillet 2022

Je règle 150 € d'arrhes

En cas d'annulation du stage remboursement complet

Les repas végétariens seront assurés par un chef cuisinier présent sur place

et seront servis dans le parc ou la salle à manger en cas de pluie pour un montant de 18 € le repas.



Le chèque est à établir au nom de *Mr Zhou Jing Hong* et à renvoyer accompagné du formulaire à l'adresse :
Marie Martin 5 rue des treilles Villerach 66500 Clara / Pour tous renseignements tel au 06.61.20.30.17

Programme Stage Suprême

Domaine du Qi Gong du 12 au 16 juillet 2022

1^{er} jour : 1 ère Méthode *PENG QI GUAN DING FA*

- 9 palais et 13 portes
- Méthode « N »
- Qi Gong des yeux, des oreilles, du nez, de la bouche et de la tête
- Méditation assise n°1

2 ème jour : 2 ème Méthode *SHEN XING ZHUANG*

- Les étoiles
- Méthode « N »
- Dao Yin Fa
- Méthode « N »
- Méditation assise n°2

3 ème jour : 3 ème Méthode *WU YUAN ZHUANG*

- Méthode « N »
- L'anneau du Hun Yuan
- Manger l'énergie du soleil, de la lune et des 5 éléments
- Méditation de la Pagode n° 3
- Méditation de la grande ourse

4 ème jour : 4 ème Méthode *LIAN QI BA FA*

- Méthode « N »
- *SHUAN QIU LUO XUAN*
(Qi Gong en spirales avec 2 ballons)
- Méditation n°4

5 ème jour : 4 méthodes d'intelligence normale et supra normale

1. L'épée du ciel
2. Calmer l'Esprit avec le son
3. Bien se concentrer avec le mudra
4. Nouvelle méthode 9 palais et 13 portes
(avec la respiration en touchant les points. Laisser l'intérieur et l'extérieur s'harmoniser ensemble)



Vue du parc