

S'accorder quelques jours, se ressourcer dans la verdure calme et recharger en énergie printanière.



Le Bocage offre un havre chaleureux par son accueil convivial.



CENTRE HUNYUAN FRANCE 法国混元中心

Stage 2017 à Pontmain : Hunyuan Chansi gong Du 10-13 Février 2017

dirigé par Mme *Lac Le-My*, Beijing Zhiqiang Martial Arts Academy,
DEJEPS Qigong, assistée par Mme *Christelle Rolland*, kiné à hôpital
Rothschild, MTC Anmo Tuina.

CONTENU DU STAGE : Théorie et pratique (22h)

- Théorie : Notions de la Médecine traditionnelle Chinoise MTC (les cycles – circadien- par saison- homme/femme – les cinq éléments/émotions/ Psychisme – Diététique et Yang Sheng, préservation de la vitalité)
- Pratiques : Réveil Qigong matinal
- Méditation consciente assise Zuo Gong
- Exercices d'enroulement spiralé Hunyuan Chansi Qigong & travail à deux
- Automassage Anmo Tuina des points/zones d'acupuncture

LIEU : Relais Le Bocage

2 rue de Mausson 53220 Pontmain (Mayenne)

Par train : gare Montparnasse – Laval puis minibus au Relais (50km).

DATES : Quatre jours en pension complète du **Vendredi 10 /02** avec déjeuner inclus au **lundi 13/02** après le déjeuner. (Accueil des stagiaires à partir de 11h le vendredi 10 et fin de stage le lundi 13, après le déjeuner à 14h.)

PUBLIC : Stage accessible à tous. (*Stage assuré avec 8 participants minimum. Places limitées*)

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS: Centre Hunyuan
France Tel : 01 48 90 49 89 / 06 30 58 06 12

BULLETIN D'INSCRIPTION

S'inscrit au stage Hunyuan *Chansi gong*, du 10 au 13 Février 2017

Nom- Prénom :

Adresse :

Email :

Tel :

Date :

Signature :

Pension complète (chambre à deux, en pension complète 3 nuits + 1 déjeuner suppl) :

Chambre avec cabine de bain + WC 175 €

Suppl chambre individuel 3 nuitées 24 €

Frais de stage 195 €

Total :

J'envoie, accompagné du bulletin d'inscription, un chèque acompte de 100€ à l'ordre de CHYF, avant le 28 Décembre 2016, à CHYF, 83 Av de Villeneuve Saint Georges 94600 Choisy-Le-Roi.

J'arrive au relais par voiture et dispose de Places pour covoiturage

J'ai un régime alimentaire, à éviter