

Philosophie du Da Yan Qi Gong
présentée par Grand Master YANG Mei Jun
et Maître CHEN Chuan Gang
(Traduction Maître ZHOU Jing Hong)

Réussi, réussi, pratiquez dans l'état,
De calme et de sérénité,
Le corps est détendu.

Pratiquez la détente du corps,
l'esprit rentre dans le vide,
Les mouvements captent l'énergie Originelle,
Naturellement, l'esprit suit.

L'intention arrive,
L'énergie suit naturellement,
La vigueur vient.

L'énergie s'écoule
jusqu'aux bout des doigts et des orteils,
Naturellement, la vigueur suit,
L'énergie traverse tout le corps,
L'esprit le remplit aussi.

Grâce à la Vertu nous atteignons le Dao.
Dao est juste pour tous,
Dao est complet pour tous

Spontanément, nous réussissons.

Contacts et inscriptions

Annick BURGER
06 84 14 72 84
1souffle2sourires@gmail.com

Association "Un souffle, Deux sourires"
7, Haute Rue 14112 Biéville-Beuville

Informations pratiques

Pensez à apporter une tenue souple,
un plaid, un coussin ou zafu,
de quoi prendre des notes,
une tasse et votre couvert.

Transport, pensez au co-voiturage !

STAGE
DA YAN QI GONG

Samedi 17 et Dimanche 18
Octobre 2020

avec l'intervention de

Philippe LINGEE,
disciple de
Maître CHEN Chuan Gang

à **BIÉVILLE-BEUVILLE**
petite salle polyvalente

un stage d'approfondissement
réservé aux initiés



« **Un souffle, Deux sourires** »
association loi 1901 à but non lucratif
7, Haute Rue 14112 Biéville-Beuville
06 84 14 72 84 - 1souffle2sourires@gmail.com

Philippe LINGÉE,

Il pratique et enseigne le **Zhi Neng Qi Gong** et le **Da Yan Qi Gong**, styles traditionnels qu'il a étudiés auprès des Maîtres ZHOU Jing Hong et WEI Qi Feng pour le Qi Gong de la Sagesse, et avec les Maîtres CHEN Chuan Gang et HU Bing Kun pour le Qi Gong de la grande oie sauvage.

Il est titulaire du Certificat de Qualification Professionnelle mention « Arts Énergétiques Chinois ».

Il est expert et formateur en énergétique chinoise et pédagogie pour la Fédération des Arts Énergétiques et Martiaux Chinois (FAEMC), et donne des formations et stages dans toute la France.

Philippe LINGÉE est également thérapeute en Médecine Traditionnelle Chinoise

DA YAN QI GONG

ou "Qi Gong de l'Oie Sauvage",

Le Da Yan Qi Gong est un style créé par Maître Dao An au troisième siècle de notre ère et s'est transmis dans le secret de l'école Taoïste Kun Lun.

Depuis 1980, Grand Master YANG Mei Jun et son fils CHEN Chuan Gang l'ont dévoilé et transmis au grand public.

C'est un des plus anciens Qi Gong et un des plus pratiqués en Chine.

PROGRAMME DU STAGE

Samedi de 9h00 à 12h30 et de 14h30 à 17h30

Dimanche de 9h00 à 12h30 et de 14h30 à 16h30

Pratiques du Da Yan Qi Gong

- Conforter vos acquis dans les méthodes fondamentales, organiser sa pratique,
- Comprendre les principes d'harmonisation et renforcement du niveau énergétique.



Au fil d'une journée

- Accueil des participants 30 mn avant le début stage.
- Alternance de temps de pratique et de théorie, entrecoupés de pause thé.
- Samedi et Dimanche, déjeuner végétarien sur place, préparé par Lucie (facultatif, prévoir environ 12 € par repas).

FICHE D'INSCRIPTION

Stage Da Yan Qi Gong

17 et 18 Octobre 2020

Tarif pour les 2 jours : 100€

(montant du stage et assurance obligatoire incluses)

nom :

prénom :

année de naissance :

adresse :

ville :

tél. :

mail :

☐ je suis salarié(e) et je souhaite souscrire en sus une assurance facultative incapacité de travail (SPORTMUT)

☐ je concède l'intégralité des droits à l'image sur les photographies qui seront exploitées à titre non lucratif par l'association dans le cadre de la promotion de ses activités (bulletin municipal, plaquettes, journaux).

Je réserve mon repas végétarien préparé par Lucie :

☐ le samedi (prévoir env. 12 €)

☐ le dimanche (prévoir env. 12 €)

fait le : à :

signature :

Veillez nous adresser cette fiche accompagnée du règlement avant le 1^{er} Octobre - nombre de places limité-

L'inscription est enregistrée dès le versement de 50% d'arrhes, par chèque à l'ordre de : Association "Un souffle, Deux sourires". Le solde doit être versé à l'accueil du stage. L'association se réserve le droit d'annuler le stage s'il n'y a pas assez de participants ou en fonction des contraintes sanitaires réglementaires, dans ce cas, les arrhes seront remboursées.