

Stage de Nei Yang Gong

(2^{ème} méthode, 1^{ère} partie)

WANG Yanli – 6/7 février 21



Association « L'épée comme un pinceau »



Le Nei Yang Gong « Qi Gong pour nourrir l'intérieur » est une école reconnue en Chine ainsi que dans le reste du monde pour son histoire et son rôle déterminant dans le développement du Qi Gong médical.

Dans la deuxième méthode dynamique de Nei Yang Gong, l'accent est mis sur la régularisation et la circulation du souffle tout au long de la pratique selon les mouvements des différents animaux. A travers la fluidité de l'énergie, l'objectif est de renforcer le fonctionnement des organes, l'ensemble des articulations du corps, en particulier la colonne vertébrale, ainsi que de développer le sens de l'équilibre.

Durant ce stage, Madame WANG Yanli présentera la première partie de la deuxième méthode dynamique du Nei Yang Gong : favoriser la circulation de l'énergie en imitant les mouvements des animaux de longévité pour harmoniser les organes internes ; pratiquer en assouplissant les « cent articulations » afin d'atteindre la longévité.

Madame WANG Yanli est disciple de madame LIU Yafei (fille de LIU Guizhen, héritière de l'école de Nei Yang Gong), maître actuel de l'Ecole de Bei Dai He. Après de nombreuses années de pratique de Nei Yang Gong et de Tai Ji Quan au Centre National de Recherche en Qi Gong Médical de Bei Dai He, elle est arrivée en France il y a 17 ans. Elle transmet depuis, en tant qu'enseignante et traductrice de Qi Gong au Centre de la Culture Chinoise à Paris « Les Temps du Corps ». Elle assiste également madame KE Wen depuis 16 ans et est formatrice dans le cadre des groupes de formation professionnelle de Qi Gong qu'elle accompagne chaque année en Chine.

Bulletin d'inscription :

Je m'inscris au stage de Nei Yang Gong 2^{ème} méthode 1^{ère} partie animé par WANG Yanli les 6 et 7 février 21. Je joins à mon inscription un chèque à l'ordre de l'Association « L'Épée comme un Pinceau »:

- 120 euros pour les adhérents à « L'Épée Comme un Pinceau »**
- 140 euros pour les non-adhérents**
- Réduction de 10 euros pour toute inscription avant le 15 janvier (110 / 130 euros).**

Association « L'Épée comme un Pinceau », chez Sophie GILG, 53 rue principale, 67140 MITTELBERGHEIM

Nom Prénom :

Mail :

Téléphone :

Les inscriptions sont fermes. Les chèques seront encaissés après le stage.

Signature :

En pratique :

Où ? Salle de l'espace du Parc Adam, 67530, Saint-Nabor, Bas-Rhin

Quand ? 6 et 7 février 21, de 9h à 16h30 (pause repas de 12h à 13h30).

Le repas sera tiré du sac. Pour ceux qui le souhaitent, quelques restaurants se trouvent à proximité.

Comment accéder ? Autoroute A35. En venant de Colmar, sortie 12 puis suivre Obernai, Ottrott, Bernardswiller, puis Saint-Nabor. En venant de Strasbourg, sortie 11 puis suivre idem. Saint-Nabor est un petit village, la salle de l'espace du Parc Adam est indiquée dans le village.

Info : www.dojo-gilg.com et Facebook « association l'épée comme un pinceau »

Contact : Stéphane Lanz : stephane.l@dojo-gilg.com ou 06 01 80 81 90

