

Stages de Qi Gong



Yves Deschamps
Professeur fédéral diplômé F.E.Q.G.A.E
& **Me Liao Yi Lin**
experte en Qi Gong



QigongHarmonie
3 rue Louis Lacroix
45200 Montargis
www.qigongharmonie.com
qigong@orange.fr

QigongHarmonie

Stages de Qi Gong



l'esprit du coeur

Téléphone : 06.82.96.03.97



**Pratiquer
Le QIGong**
c'est aller vers
une meilleure
santé, tout
simplement.

Le **Qi Gong** est avant tout un **Art de vivre avec l'énergie**, la nôtre et celle qui nous entoure, celle qui est dans la nature, dans le Ciel comme dans la Terre.

Les Chinois le considèrent comme **le trésor de leur Médecine Traditionnelle**. Le **Qi Gong** permet d'avoir une bonne hygiène corporelle, de nettoyer l'intérieur, de mieux ressentir ce qui se passe en nous, il nous rend moins sensible aux stress de la vie et nous aide à contrôler nos émotions.

Le mot **QIGONG**, c'est le « travail du souffle, le travail de l'énergie » **l'art de maîtriser l'énergie**. Pour cela, il faut associer:
1. la **respiration** juste et bien adaptée, qui va permettre, 2. la **concentration**, qui permettra à l'énergie de circuler, et donc, 3. les **mouvements**, harmonisés entre le haut et le bas du corps pourront être **JUSTES**.

Le **QIGONG** nous met en harmonie avec nous-même, avec les autres, et avec celle qui est autour de nous, la Nature.

Le QIGONG nous reconnecte avec la nature.

QigongHarmonie

En 1998, en réalisant mon premier site sur le web, ce nom m'est venu à l'esprit, car ces deux mots vont bien ensemble, tout simplement.

Qi Gong, l'art de maîtriser l'énergie pour soi-même, pour améliorer nos rapports avec l'autre, et enfin pour mieux **RE**sentir notre connexion à la Nature.

Harmonie, parce que nous en avons tous besoin, notre société en manque, et parce que je trouve que ce mot est aussi beau que le mot **Amour**.

QigongHarmonie parraine un enfant Tibétain.



Stage d'Été en Chartreuse

QigongHarmonie

3 rue Louis Lacroix
45200 Montargis
www.qigongharmonie.com
qigong@orange.fr

Tél. :06 82 96 03 97
et **06 86 56 70 52**
Fax. 01.34.29.66.02

QigongHarmonie organise des moments d'initiation au Qi Gong pour les groupes, les entreprises sur une après-midi, une journée, Nous étudions toute proposition.

QigongHarmonie participe au Salon du Bien-être à Dijon les 30 septembre, 1er et 2 octobre 2005.

STAGES 2005-2006

8 octobre 2005: Qi gong de la Silhouette.

Pour aider à la perte de poids: pratique de Qi gong et conseils en diététique, et Micro Nutrition.

A Montargis sur une journée **(5 h)**.

11, 12 mars 2006: Qigong des Yeux Montargis
« les Yeux sont les Messagers du Cœur et les guetteurs du Foie »

NEI JING SO WEN (livre Chinois très ancien)

19,20,21 mai 2006: Qi gong et Chamanisme
en Bourgogne, pour retrouver l'animal qui sommeille en nous.

9,10,11 juin 2006: Qi Gong & Élixirs floraux

Trois jours dans le Vercors, en harmonie avec la nature, étude parallèle Qi Gong et Élixirs, visite du Laboratoire DEVA.

L'Alchimie d'Amour de Ma Wang

Teu avec Me Liao-Yi Lin.



Du 09 au 14 juillet 2006:

Qi Gong & Reconnexion(1)

Au cœur du Massif de la Chartreuse, au Cirque de St Même (73)

étude des 5 éléments dans les traditions Amérindiennes, Chinoises et Tibétaines.

Qi Gong du Soleil, Qi Gong de la Lune
WU DANG QI GONG.



18,19,20 août 2006: Qi Gong & Reconnexion (2)

Au temple de Kagyu Ling, en Bourgogne, à la recherche

de notre Sagesse... travail sur l'ouverture du Cœur.

Méditation Ch'an

avec Me Liao-Yi Lin.



Automne 2006: Stage au Maroc ou Mongolie

En prise directe avec le Ciel & la Terre... A suivre...