

# weekend de Qi Gong taoïste, avec Jean-François Deulceux

du vendredi 03 (18h30) au dimanche 05 novembre (14h environ)



Art du mouvement secret de l'énergie vitale, le qi gong est une discipline multimillénaire dont la pratique régénère les capacités psychiques, physiques... et facilite l'éveil des facultés cachées. Au programme exercices de mise en mouvement et de rassemblement de l'énergie intérieure au niveau des méridiens, organes et trois champs de cinabre (centres de transformation de l'énergie) exercices des sons des organes enchainements d'ouverture des articulation... travail sur le système lymphatique et d'autres canaux d'énergie que les méridiens concentration, visualisation intérieure, maîtrise, circulation et harmonisation énergétiques des pratiques spécifiques à la saison, et à l'heure de la journée (matinées, fin d'après-midi, début de nuit ...)

## Tarif par personne / weekend complet

Pension complète en chambre familiale	700dh
Enseignement	800dh

lieu ==> gîte Les Oliviers, à Meknes

contact / inscription

06 61 08 41 00

philippe\_reffray@yahoo.fr