

Institut Européen de Qi Gong et Yang Sheng®

Programme été 2017

Les ateliers cet été

➤ **QI GONG** Liang Gong Shi Bafa,
méthode 18 facettes

avec PHILIPPE FERRAND

➤ **AST** (les quatre constellations)

avec CLAUDE SIMMLER

➤ **SHIATSU PIEDS-NUS**

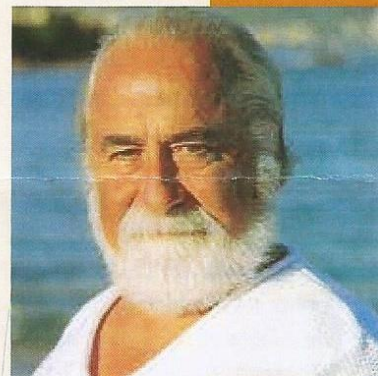
avec CARLOS TRAUSSMAN

➤ **MANDALAS**

avec VÉRONIQUE AUSTRUY

➤ **ET DES CONFÉRENCES**

avec YVES RÉQUÉNA et CYRILLE JAVARY



Lieu des stages : Chateau de Fondjouan
41 - Mur de Sologne (près de Blois)



INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG
Tél. 06 15 28 72 58 / Fax 08 11 48 57 95
info@ieqg.com
N° formation continue : 93130375713

www.ieqg.com



Programme des stages Qi Gong

QG-WD1 *Wu Dang Yang Sheng Gong* 469€

Animé par Yves Réquena • 9-13 juillet • dimanche 14h30 - jeudi 17h

L'utilisation d'un trésor de la tradition taoïste, à la fois dans la prévention de santé et dans la spiritualité.

Théorie Yang Sheng : nourrir le principe vital, le système corporel en Qi Gong : les énergies, les méridiens, les lieux du corps. Prévention, optimisation, ralentissement du processus de vieillissement. Les 17 signes de supra-santé.

Pratique Wu Dang Yang Sheng Gong : 5 positions statiques adaptatives et 15 mouvements étudiés avec leurs indications thérapeutiques et spirituelles. Méditations - respirations : Souffle du Vent, petite circulation céleste.

Référence Yves Réquena, *Les Mouvements du Bonheur*, (livre+dvd), éd. Guy Trédaniel.

QG-YJJ *Yi Jin Jing* 469€

Animé par Jean-Luc Riehm • 9-13 juillet • dimanche 14h30 - jeudi 12h30

L'origine de ce Qi Gong authentique remonte aux enseignements laissés par Bodhidharma (Da Mo) au temple Shaolin au VI^e siècle. Bodhidharma est l'initiateur du Bouddhisme Chan largement transmis en Chine et connu au Japon comme le courant Zen. Cette remarquable méthode s'organise en 9 petites séries qui ont chacune pour but un travail de renforcement du corps physique aussi bien externe qu'interne, un travail subtil énergétique et alchimique ainsi que l'ouverture du cœur, clef de l'enseignement de Bodhidharma qui connecte le pratiquant aux sphères énergétiques supérieures.

Conseil Un remarquable entraînement de la structure physique pour dynamiser le tonus musculaire et assouplir les articulations.

Public Convient aux pratiquants et enseignants des arts martiaux, aux coaches sportifs, à l'entraînement en Qi Gong des adolescents, et à toutes les personnes en bonne santé pour une bonne prévention et une optimisation des conditions physiques.

QG-FJAD *La fille de Jade* 268€

Animé par Hélène Heude • 11-13 juillet • mardi 10h - jeudi 17h

La Fille de Jade de Mme Liu He. Enchaînement de mouvements doux destinés à nourrir le foie, fortifier le sang, réguler les fonctions hormonales et accompagner la perte de poids. Une façon de nous contacter avec nos énergies féminines. Techniques taoïstes de régulation hormonale par le massage des seins.

QG-EVAL *Évaluations*

Animé par Yves Réquena & l'équipe pédagogique • 14 - 17 juillet • vendredi 10h - lundi 17h *réservé aux élèves en formation*

QG-CAN *Marches des 5 organes et Guolin Qigong* 536€

Animé par Christophe Cadène • 18-22 juillet • mardi 10h - samedi 17h

De manière totalement inédite en France, l'Institut Européen de Qigong (I.E.Q.G.) propose désormais d'accéder à cette méthode thérapeutique grâce à une formation théorique et pratique complète en deux ans reprenant l'essentiel du corpus de travail du Guolin Qigong. Seront abordées, le travail de relaxation debout, les phases de préparation et de clôture, les exercices statiques, les différentes techniques de marches (sur place et en déplacement), les différentes techniques respiratoires, les exercices spécifiques au bâtonnet, les exercices de « Cracher le Trouble par le Son », les exercices de massages et de relaxation spécifiques. Enfin, la formation en deux ans inclue également la méthode originale des Marches des 5 Organes issue du Maître Zhang Mingwu (1920-1990), l'un des principaux disciples de Mme Guolin.

QG-ZN3 *Zhi Neng Qi Gong 3* 469€

Animé par Maître Zhen Qing Chuan • 18-21 juillet • mardi 10h - samedi 17h

Le Zhi Neng Qi Gong niveau 3 *Wu Yuan Zhuang* est sans doute le plus abouti et le plus subtile dans la filiation qu'ait élaboré Pang He Ming. Il se décompose en 5 séquences correspondant chacune à la purification de l'organe grâce aux mouvements spécifiques, au mudra et au son à trois niveaux : physique, énergétique et spirituel (les 5 Shen). La sixième partie constitue la fusion de ces 5 qi et 5 shen dans le centre du corps. C'est donc bien un des rares qi gong d'alchimie interne (Nei Dan) qui existent et que nous allons étudier avec maître Zhen...

Programme des stages massages

MCJGD *Massage intestin grêle* 469€

Animé par Sylvie Chagnon • 14-18 juillet • vendredi 14h30 - mardi 17h

L'Intestin Grêle

Théorie

Fonctions de l'Intestin Grêle en énergétique chinoise / tableau pathologique courant concernant l'Intestin Grêle (noueure douloureuse) / apprentissage des repères pour localiser le trajet du méridien qui est alambiqué.

Pratique

Techniques de massage Tuina sur le cou, les épaules, les membres supérieurs, le dos et le ventre – points principaux de l'Intestin grêle – travail de déblocage mécanique de l'épaule, libération du ventre noué par les émotions, du Feu interne.

Le Triple Réchauffeur

Théorie

Fonctions du Triple Réchauffeur (TR) en énergétique chinoise, étude des huit merveilleux vaisseaux.

Pratique

Techniques de massage Tuina sur le corps entier dans le but de ré-harmoniser les énergies entre elles de haut en bas et de bas en haut, utilisation des ventouses glissées.

MCDIAG *Diagnostic* 268€

Animé par Sylvie Chagnon • 19 - 21 juillet • mercredi 10h - vendredi 17h

Le Diagnostic : l'observation (visage, corps, étude de la langue), l'entretien, la palpation des pouls, l'élaboration d'un diagnostic, étude de cas cliniques, l'examen clinique en entier, accueil de patients à soigner par massage.