

氣 **QI GONG** 功 **DES MAINS NUAGES** **RENNES 28-29 novembre**



animé par Georges Saby

Un Voyage Réel, en Soi, de l'Himalaya à la Chine : par une gestuelle de cercles vastes conduira le mouvement de l'intérieur du corps vers l'extérieur. En réduisant ces mouvements lents vers le micro apparaîtront les Spirales Internes favorables à la circulation de tous les flux Qi et liquides du corps. Des Postures variées et en déplacement, issues du Qigong et du Taijiquan délieront les Méridiens, les Organes, et les Fascias.

La Connexion à la Terre - pieds posés et au Ciel - esprit léger et vaporeux comme un Nuage, permettra un déploiement du Qi et des Sensations en lien avec des états mentaux provoqués par la visualisation active d'images.

Le BUT : se renforcer sans dureté autant en coordination qu'en état d'être.

LIEU : 32 rue Auguste Blanqui RENNES (métro Anatole France)

Samedi 28 Novembre : 14h à 17h – 17h30 à 19h

Dimanche 29 Novembre : 9h30 à 12h et 14h à 16h

Tarif : 150 € les 2 jours non sécables

RÉSERVATION : adresser un chèque d'acompte de 50 €
à l'ordre de YUANG JING chez G. Saby 8 avenue d'Argeliers- 34310 CRUZY

INFO : georges-saby@orange.fr

www.abc-chi.com