

ACADÉMIE TIAN LONG
2 rue Royale
69001 LYON
Tél à Lyon : 04 72 98 83 41



5, 6, 7, 8 MAI 2016

STAGE QI GONG / MASSAGE ANIME PAR MAITRE SUN FA
7ème Dan France, 8ème Dan Chine

BAGUA QI GONG
Qi Gong des 8 TRIGRAMMES



PROGRAMME, RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION
04 72 98 83 41 ou tian.long@free.fr ou academietianlong.com

Le Bagua ou "Huit trigrammes" est basé sur la philosophie du "Yi Jing". Dans le **Bagua Qi Gong**, les exercices sont calculés en fonction des saisons, des points cardinaux... On obtient ainsi l'harmonie du corps avec le Ciel et la Terre. Il y a 8 fois 8 soit 64 mouvements. Ils agissent sur les organes, améliorent la santé, favorisent la détente, et préviennent les maladies.

PROGRAMME POUR DEBUTANTS (apprendre la forme) ET AVANCES (approfondir la forme).

ACADÉMIE TIAN LONG
2 rue Royale
69001 LYON
Tél à Lyon : 04 72 98 83 41



Adresse :

* 2 rue Royale 69001 Lyon, 1^{er} étage ; métro : Croix- Paquet ou Hôtel de ville
Code : 1ere porte = 2617 ; 2eme porte = visiophone ; chercher Académie Tian Long
Parkings à proximité, vers la Place des Terreaux ou Place de l'hôtel de ville.

Prix :

* frais pédagogiques : 240 € (15h). Règlement de la moitié de la somme à l'inscription;
* repas, hébergement à la discrétion de chacun

Horaires :

* 5/05 : 14h-16h30
* 6/05 : 10h-12h30 ; 14h-16h30
* 7/05 : 10h-12h30 ; 14h-16h30
* 8/05 : 10h-12h30

Apporter :

* Une tenue et des chaussures souples de pratique.
* Tapis de sol ou serviette, coussin ou oreiller pour massage
* De quoi prendre des notes. Enregistrement et vidéo interdits
* Repas du midi possible dans jardins à proximité ; restaurants alentours

Logement :

* Auberge de jeunesse du Vieux Lyon : <http://www.fuaj.org/lyon> ; 04 78 15 05 50
* Hôtels

Un minimum de 10 personnes est demandé pour la dispensation du stage

INSCRIPTION AVANT LE 25 AVRIL 2016

Nom.....Prénom.....

Adresse.....

.....

Téléphone.....

Mail

SIGNATURE :