

«Enseignant Qi-Gong, Gymnastique Chinoise Traditionnelle de santé et énergétique chinoise »

PROGRAMME ET CALENDRIER FORMATION - 3E SESSION



A l'issue de la formation, les stagiaires sont en mesure de transmettre les formes de Qi-Gong apprises.

QI GONG : Gymnastique traditionnelle Chinoise et science de la respiration fondée sur la connaissance et la maîtrise du souffle

Le Qi Gong associe mouvements lents, exercices respiratoires et concentration.

18 ET 19 JANVIER 2024

Ouverture de la formation : Théorie et pratique sur les 5 éléments, les méridiens, méditation et autohypnose sur l'énergie, Dao Yin Yangshen de la Rate et du Pancréas.

15 MARS 2024

Dao Yin Foie -Vésicule Biliaire. Méridiens du foie et de la vésicule biliaire : fonctions, trajet, exercices spécifiques d'équilibration.

4 MAI 2024

Dao Yin Coeur-Intestin grêle. Méridiens du coeur et de l'intestin grêle : fonctions, trajet, exercices spécifiques d'équilibration.

28 ET 29 JUIN 2024

Formation à la kinésiologie : Test musculaire, apprendre et utiliser dans la vie de tous les jours les bases de la kinésiologie, le test musculaire, l'auto-test, le remodelage des hémisphères cérébraux, le testing des méridiens et centres énergétiques.

6 SEPTEMBRE 2024

Dao Yin Poumons gros intestin. Méridiens des poumons et du gros intestin, fonctions, trajets, exercices spécifiques d'équilibration.

8 NOVEMBRE 2024

Dao Yin Rein-Vessie. Méridiens du Rein et de la Vessie, fonctions, trajets, exercices spécifiques d'équilibration.

17 ET 18 JANVIER 2025

Travail du Dr Yayama, oncologue, Qi Gong Shoshuten et Daishuten.

7 ET 8 MARS 2025

Qi Gong du stress : Calmer le mental et apaiser les émotions.
Dao Yin Général de Santé 1ère forme.

10, 11 ET 12 JUILLET 2025 (OPTIONNEL MAIS IMPORTANT)

Stage intensif Qi Gong et Tai Chi Chuan : 3 jours de travail sur le Qi Gong et le Tai chi chuan. Révisions, Vidéos

26 ET 27 NOVEMBRE 2025

Supervision et examens

17
JOURS

DURÉE

1950 €

FINANCEMENT
PERSONNEL

2475 €

CONVENTION DE
FORMATION OU
PROFESSIONNELLE

Lieu Tinténiac

Pascal Perrault

Psychothérapeute diplômé ARS, consultant externe en hôpital (35). Enseignant-chercheur en techniques thérapeutiques et arts énergétiques internes, formateur en Qi-Gong et Tai Chi

Hélène Cozannet

Relaxologue, Praticienne en Hypnose et Thérapies Brèves, Enseignante Qi Gong

Contact : 06 70 24 35 23
info@antares-developpement.fr
antares-developpement.fr

Vidéos des pratiques fournies à chaque session