



8èmes JOURNEES NATIONALES DU QI GONG 2018
Luxembourg et grande région du 24 avril au 18 mai 2018

ATELIERS GRATUITS

Par beau temps nous serons dehors !



Les participants peuvent faire un don au profit du **Télévie 2018**

VEZ PRATIQUER LE QI GONG, VERITABLE ART DE DETENTE ET DE SANTE QUI PERMET DE GERER LE STRESS ET LA MALADIE AVEC DES AUTO-MASSAGES, POSTURES, MEDITATION, EXERCICES EN MOUVEMENTS, ACUPRESSION DES POINTS D'ACUPONCTURE, ACCESSIBLES A TOUS

La fédération invite ses membres et tout le monde à venir passer un moment convivial, elle invite aussi ceux qui ne connaissent pas le Qi Gong

à venir le découvrir pour la détente, la gestion du stress et la santé avec ses différentes pratiques par :

- Les enseignants diplômés

tous agréés par la fédération, qui est caution des formations sérieuses en Qi Gong comme à l'exemple de nos voisins européens

Le Qi Gong (Chi Kung) donne le moyen de vivre mieux en renforçant la santé et en permettant plus d'autonomie, c'est un art utilisé pour se travailler soi-même, pour être moins dépendant et pour mieux s'adapter aux circonstances de la vie.

Le Qi Gong (Chi Kung) fait partie de la Médecine Traditionnelle Chinoise évaluée selon les experts à environ 5000 ans d'âge.

Il est souvent confondu avec le Tai Chi Chuan (Tai Ji Quan) qui est apparu beaucoup plus tard.

Le principe du Qi Gong est de stimuler la quantité d'énergie vitale dans l'organisme et de faciliter sa circulation dans tous les organes par le réseau des méridiens d'anatomie comme utilisé dans l'acuponcture.

PROGRAMME DES ATELIERS GRATUITS DU 24 AVRIL AU 18 MAI 2018

Je m'inscris aux endroits suivants (mettre une croix) :

<u>LIEUX - ADRESSES</u>	<u>DATES - HEURES</u>	<u>PROFESSEURS - CONTACTS</u>	<u>ATELIERS</u>
<input type="checkbox"/> 1 – INGELDORF, Centre culturel	24 avril – 09h30	Pascal GARIN garinp@pt.lu	Découverte du Qi Gong
<input type="checkbox"/> 2 – SCHIFFLANGE, Club Haus Beim Kiosk 11-15, rue C.M. Spoo	24 avril – 19h00	Pascale TRAVAGLINI www.qigong4you.com	Automassages - Qi Gong du Foie et de la Vésicule Biliaire
<input type="checkbox"/> 3 – BETTEMBOURG, Sportzentrum – centre sportif 10 rue J.H. Polk	25 avril – 10h00	Nadine HAVENITH Nadinevb21@gmail.com	Les 8 Pièces de Brocart
<input type="checkbox"/> 4 – SCHIFFLANGE, Club Haus Beim Kiosk 11-15, rue C.M. Spoo	25 avril – 14h00	Pascale TRAVAGLINI www.qigong4you.com	Automassages - Qi Gong du Foie et de la Vésicule Biliaire
<input type="checkbox"/> 5 – SCHIFFLANGE, Club Haus Beim Kiosk 11-15, rue C.M. Spoo	26 avril – 19h00	Pascale TRAVAGLINI www.qigong4you.com	Automassages - Qi Gong du Foie et de la Vésicule Biliaire
<input type="checkbox"/> 6 – BETTEMBOURG, Sportzentrum – centre sportif 10 rue J.H. Polk	02 mai – 10h00	Nadine HAVENITH Nadinevb21@gmail.com	Les 8 Pièces de Brocart
<input type="checkbox"/> 7 – BASCHARAGE, käerjenger musekschoul, 29 rue de la Résistance, locaux cours de soir	03 mai – 18h45	Monika EVRARD www.qigong.vivace.lu	Automassages - La Grue de Jade - marche du tigre - méditation
<input type="checkbox"/> 8 – BETTEMBOURG, Sportzentrum – centre sportif 10 rue J.H. Polk	09 mai – 10h00	Nadine HAVENITH Nadinevb21@gmail.com	Les 8 Pièces de Brocart
<input type="checkbox"/> 9 – LUXEMBOURG, Fondation JP Pescatore 13, Av. Pescatore (parking Glacis)	12 mai – 10h30	Sylviane WINKEL www.qigong.lu	Automassages - Qi Gong de la Perle de Lune - son pour le Foie
<input type="checkbox"/> 10 – VILLERUPT, salle Voltaire de Cantebonne Rue Lucien Clavel	15 mai – 18h30	Jean-Luc FRANCOIS www.qigong-ksv-villerupt.vpweb.fr	Atelier découverte
<input type="checkbox"/> 11 – VILLERUPT, salle Voltaire de Cantebonne Rue Lucien Clavel	16 mai – 19h30	Jean-Luc FRANCOIS www.qigong-ksv-villerupt.vpweb.fr	Atelier découverte

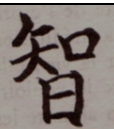
INSCRIPTIONS OBLIGATOIRES : - Tél.fax : (+352) 76 07 55 (secrétariat) qigong.federation@pt.lu ou auprès des professeurs

Je m'inscris à l' (aux) endroit(s) No :

Nom : Prénom :

Adresse : Numéro et rue : Code et localité :

Téléphone : E-mail :



F.L.Q.G.E.A. A.s.b.l

BP 422, L-2014 Luxembourg

Tél : 621 16 57 38 E-mail : qigong.federation@pt.lu

VIDEO au studio RTL sur www.qigongfederation.lu