

Week-end Qi Gong et Culture Chinoise

A la Jarjatte (Drôme des montagnes)

samedi 25 et dimanche 26 Avril 2026

Où l'on cueille les fruits de l'énergie du printemps pour préparer l'été



Pas de pré requis à votre participation :

venez avec votre curiosité votre énergie du moment.

Nous alternons les moments de Qi Gong et de Culture Chinoise ,

au service les uns des autres

Qi Gong avec Véronique Austruy:

Nous irons visiter le Dao Yin du Cœur, une série de 8 mouvements qui viennent de Zhang Guang De. Avec et sans musique. Nous aurons aussi des pratiques spécifiques d'auto-massages, déblocages articulaires-énergétiques, étirements, pratiques en mouvement, marches, méditations ciblées, postures. Spécifiques à ce moment.

Culture Chinoise avec Karine Muller:

Explorer la genèse et la symbolique des caractères chinois utilisés en qigong

S'appuyer sur des textes taoïstes pour découvrir la culture chinoise traditionnelle et explorer le regard si particulier que posent les chinois sur le monde qui nous entoure.

***Nous nous réjouissons de préparer ces nouveaux moments
qui se tissent et se répondent si bien .***

Organisation du Week-end

L'idéal est d'arriver le vendredi soir. Nous débutons le stage le samedi à 9h. Ceux qui le souhaitent peuvent faire une pratique plus matinale, à convenir ensemble.

*Pour **l'hébergement**, nous serons dans un gîte*

*Pour **l'alimentation**, chacun emmène de quoi partager sans avoir trop de préparations à faire. Nous nous coordonnons quelques jours avant le stage.*

Tarif

*-150 euros pour **l'animation***

*- **Pour l'hébergement** : partage entre les personnes présentes*

Contacts :

Véronique AUSTRUY, tél: 0616872004 ou austruy.veronique@neuf.fr

Karine Muller, tél : 0672993312 ou karine.muller38@gmail.com

Autres dates : 5 jours prévus du 17 au 21 Août 2026, possiblement en Haute Loire

