



Séminaire Neijin Qigong

10 et 11 octobre 2026
À la salle des fêtes de Gunsbach,
avec

Simone Fella,
élève de Me Buyin Zheng

Le Shaolin Neijin Yizhichan est un Qi Gong authentique de la tradition chinoise. Il est fluide, joyeux et puissant sur le plan des énergies. Il développe la production de la force intérieure (Neijin) et permet de se centrer et d'augmenter le rayonnement de l'énergie vitale (Qi).

Il s'adresse à tous ceux qui souhaitent renforcer leur santé, vivre en harmonie et trouver la paix intérieure.

Le week-end est ouvert aux débutants et aux pratiquants de tous niveaux.

Ce séminaire sera donné en langue allemande avec traduction simultanée en français.

Contenu du week-end:

- L'un des principes directeurs du séminaire sera « Ce que signifie véritablement cultiver sa vie » et comment le Qi Gong peut y contribuer efficacement.
- Outre des exercices pratiques de Qi Gong, nous utiliserons un texte qui éclaire les trois niveaux du corps, de l'esprit et de l'énergie, offrant ainsi de nombreuses perspectives.
- Ensemble, nous pratiquerons les mouvements familiers et la posture du cavalier, et nous apprécierons également la danse du Qi Gong.
- Bien sûr, nous méditerons ensemble, cultivant la pleine conscience, relaxant profondément notre corps et apaisant notre esprit.
- Nous travaillerons également avec des bâtons de Qi Gong, renforçant notre agilité mentale et apprenant l'aisance grâce à des exercices de coordination corporelle.

Horaires : Samedi & Dimanche de 10 :00 à 12 :00 et de 14 :00 à 17 :00h.

Lieu : Salle des fêtes de Gunsbach « Les Bains d'Antan » (parking proche : parking de la Maison du Fromage)

Tarifs : week-end : 160,00 € par personne 280 € pour un couple. 1 jour : 80,00 €

- *Nous avons pour habitude, pour ceux qui le souhaitent, de partager ce que chacun apporte, faisant du repas un moment convivial... et savoureux (Chacun apporte un plat : salade, plat chaud, dessert..)*
- *Emportez un coussin pour vous asseoir et un plaid pour vous couvrir lors des méditations.*

Pour tout renseignement et inscription :

MICHÈLE BIECHY 27, RUE ERBERSCH
68380 MITTLACH

tél. : 06 79 31 90 58

ou **Serge Liesenfeld** : 06 19 72 00 63

Mail Pivoine: pivoine68@gmail.com

Talon à renvoyer à Michèle BIECHY, trésorière adjointe, accompagné d'un acompte de 30 € à l'ordre de : Association PIVOINE, (chèque rendu en cas d'empêchement justifié jusqu'à une semaine avant le stage)

Nom : Prénom :

Numéro de téléphone : Adresse email :

Je m'inscris pour le samedi le dimanche

Je verse 30 € d'acompte.

Date et signature