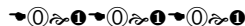


- **Lieu** : la salle des fêtes de Vaux sur Seulles (14400)
- **Horaires** :
  - samedi et dimanche: cours de 09h30 à 17h
  - session collective de 17h à 18h le samedi
- **Hébergement & Itinéraire** : [carole@lesouffledulotus.com](mailto:carole@lesouffledulotus.com)  
Carole : 06 18 92 63 61 ou 02 31 21 03 49;
- Chambres d'Hôtes:
  - Ferme de la Houlotte, 14400 Nonant: 06 13 13 58 97;  
[kdamechantal@aol.com](mailto:kdamechantal@aol.com)
  - La Roseraie, 14400 Bayeux: 06 75 47 37 72;
- **Tarif** : facilités de paiement
- week-end : 210 €
- session collective : 40 €
- **Modalités d'inscription** :  
je fais un transfert de 80 € à : LA VIDA O PARTNERS SL  
Calle Freixa 41, 2° -1ª ; 08021 Barcelona  
ING Direct:  
IBAN : ES80 1465 0150 5919 0045 3571  
BIC : INGDESMXXX
- **Enseignant** :  
Représentant en France de Maître Zhixing Wang pour la pratique du  
Dao Hua Qi Gong, Erwann Le Moigne assure le cours en s'appuyant  
sur l'expérience accumulée au travers de plus de 25 années  
d'enseignement en Europe occidentale.
- **Contact** :  
Mob : +33 6 64 54 67 68 ou Fixe : +34 930 093 895  
Site web: [www.laviedao.com](http://www.laviedao.com); Mail: [contact@laviedao.com](mailto:contact@laviedao.com)



## Le programme

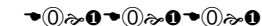
Durant ce week-end nous nous attacherons à faire siennes les qualités de l'Oiseau, incarnation de **la grâce et de l'esprit libre**.

C'est uniquement par la répétition des enchaînements à la fois sur un mode formel et/ou spontané que l'on parvient à mettre en résonance des effets propres à la gestuelle de l'Oiseau.

Au fur et à mesure des sessions, chaque participant s'imprègne de plus en plus véritablement de l'esprit de l'Oiseau pour asseoir un impact particulièrement sur les plans suivants :

1. Ouverture de la colonne vertébrale
2. Stimulation du foie & des poumons
3. Développement de l'énergie Qi céleste
4. Renforcement de la vue
5. Cultivation de la coordination des membres supérieurs
6. Renforcement de la circulation des membres inférieurs

**Venez vivre une expérience hors du commun !!!**



## La Pratique du Dao Hua Qi Gong

C'est une pratique qui a pour visée la maintenance de la santé, la longévité et la réalisation spirituelle.

Par une approche spécifique, le Hua Gong, permet en s'appuyant sur les transmissions de court-circuiter ses propres limitations et donc au travers des exercices, des mouvements, des techniques et des méditations de parvenir à des résultats formidables et ainsi de repartir avec une nouvelle vigueur.

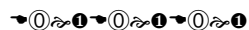
Le Dao Hua du Qi Gong offre un large éventail d'approches nous permettant de pratiquer tout au long de la journée à la fois sur un plan formel (en classe, chez soi) et sur un plan informel (au travail, dans le cadre social).

L'objectif de ce week-end est triple :

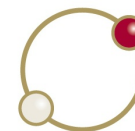
1. Recevoir la Transmission de base pour l'Oiseau
2. Pouvoir bénéficier rapidement des effets de la Pratique
3. Disposer d'un éventail d'approches à intégrer au quotidien

**NB:** Chaque participant reçoit la supervision de l'enseignant pour garantir l'optimisation des sessions.

Remarque: merci de prévoir des vêtements souples, un tapis de sol et un coussin



Le Dao Hua Qi Gong est accessible à tous.



LA VIE DAO

## Stage de Qi Gong Bayeux

Les 1er et 2 juin 2019

### La Forme de l'Oiseau

Erwann Le Moigne

Enseignant de Dao Hua Qi Gong depuis 25 ans  
Diplômé FEQGAE, Sport Pour Tous

