INSTITUT DU QUIMETAO
巴 黎 中 医 武 术学 院

PORTES OUVERTES

les 11 et 12 Septembre 2010

L'Institut du Quimétao est une école qui enseigne les techniques des arts traditionnels millénaires chinois tant médicales que martiales : le Qi Gong, le Tai Ji Quan, le Shen Qi Quan (Da Cheng Quan), le Xing Yi Quan, le Ba Gua Zhang, le Chang Quan et le Tang Lang Quan.

Il s'agit de techniques qui travaillent à la fois le physique et le mental. Grâce à la régulation des souffles (respiration et circulation du Qi), grâce aux mouvements corporels et au maintien postural du corps, dictés selon des principes précis et respectant une progression, les pratiquants arrivent, petit à petit, à augmenter et contrôler la force, à maîtriser leurs émotions, à renforcer l'esprit et l'ensemble de l'organisme.

Ces techniques renforcent le système immunitaire. Elles permettent ainsi d'augmenter la capacité de défense contre les énergies perverses et améliorent le rétablissement, en cas de maladie. Autrement dit, elles permettent de redécouvrir et de renforcer les fonctions instinctives du corps.

Pour faire connaître ces formidables arts millénaires, le Quimétao organise des journées « portes ouvertes » qui vous permettront de découvrir un monde nouveau.

L'observation vaut mieux qu'un long discours.

L'expérience directe vaut mieux que l'observation.

Programmes :

- Qu'est-ce que le Qi Gong et les arts martiaux chinois internes et externes ?
- Les principes de la pratique.
- Leurs effets et leurs avantages.
- Démonstrations et cours d'essai.

Dates :

Le samedi 11 Septembre 2010 de 18h30 à 21h00 : Présentation et démonstration.

Le dimanche 12 Septembre 2010 de 17h30 à 20h00 : Pratiquez avec les Maîtres au Quimétao (Tai Ji, Qi Gong, Shen Qi Quan, Xing Yi, Ba Gua).

Lieu : 57, avenue du Maine 75014 Paris, Métro Gaîté

RENSEIGNEMENTS : 01 43 20 70 66

.....

BULLETIN à retourner au Quimétao

NOM :.....Prénom :.....

Adresse :.....

Code postal:..... .....Ville :.....

E-Mail :.....

Je participerai aux journées Portes ouvertes, le samedi 11 ☐, le dimanche 12 ☐ *(cochez SVP)*

Signature :

PorteOuverte10