

STAGE DE QIGONG DES REINS

Shujin Zhuanggu gong, 舒筋壮骨功

Forme créée par Maître ZHANG Guangde



Enseignement par Pr. Hu Xiaofei

Université des sports de Pékin

Lundi 13 mai	18h30 – 20h30	Conférence et pratique de base
Mardi 14 mai	9h00 – 12h00	Qigong des Reins 1/2
Mercredi 15 mai	9h00 – 12h00	Qigong des Reins 2/2

Reins et Médecine traditionnelle chinoise

Les Reins sont « La racine de l'énergie vitale ». Des efforts physiques répétés, le surmenage et la vieillesse affaiblissent les Reins, et engendrent douleurs aux lombes et aux genoux.

L'enchaînement complet forme un travail énergétique qui tonifie et solidifie le Qi des Reins, et renforce l'énergie originelle.

Lieu : École Wushu Brest
11, rue de Maleyssie
29200 Brest



Tarifs :

35€ par jour
90€ les 3 jours
+15€ pour les
non adhérents

Inscription avant le 10 mai souhaitable

Renping GOARZIN

0788414812

wushubrest@orange.fr

www.wushu-brest.org

Yvan VELARD

0671558362

yvanvelard@wanadoo.fr