

QI et RESPIRATION DES SPIRALES QIGONG extrait du Taijiquan Yang

31 janvier - 1 février 2026



animé par Georges Saby à LA ROMIEU (GERS)

**Mouvement Rotatif, Intériorisation, Calme, Détente et Présence
Enchaînement de 14 exercices de Torsion du Corps Global associé
à la Respiration de la Petite Circulation Céleste chinoise.**

Accorder l'intérieur et l'extérieur en utilisant le circuit des fascias.



L'EAU CONSTRUIT LES FORMES DU VIVANT PAR SES MOUVEMENTS NATURELLEMENT COURBES

HORAIRES

Samedi 31 janvier 14h -19h, 1 février 9h30-12h et 14h-16h30

COÛT du stage de 2 jours non sécables : 150 €

ACCOMPTE D'INSCRIPTION 50€

à adresser **PAR LA POSTE** par chèque à **l'ordre YUAN JING** :
Noucetta Marie Kehdi Au Plan 32480 LA ROMIEU

LOGEMENT et REPAS : 50 € SUR PLACE

Les repas seront partagés sous forme d'auberge espagnole. Chacun apportera quelque chose à partager pour samedi soir et pour dimanche midi. Plus de détails et un **PLAN d'ACCÈS** seront envoyés aux participants **INSCRITS** peu avant le stage.

INFORMATION INSCRIPTION et HÉBERGEMENT

Noucetta Marie Kehdi

kanoontami@gmail.com

EN SAVOIR PLUS georges-saby@orange.fr