

ZHI NENG QI GONG METHODE 2 : XING SHEN ZHUANG (UNION DU CORPS ET DE L'ESPRIT)

SEMINAIRE 1 : 14H (2 JOURS)

- Théorie :
 - Présentation de la méthode.
 - Révisions travail postural et alignement du corps.
 - Présentation de Zhàn Zhuāng
- Pratique :
 - Pratique Peng Qi Guan Ding Fa
 - Déblocage articulaire, mouvements préparatoires.
 - Début de l'étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Pratique Zhàn Zhuāng
 - Méditation

SEMINAIRE 2: 14H (2 JOURS)

- Théorie :
 - Théorie en lien avec Xing Shen Zhuang
- Pratique :
 - Pratique Peng Qi Guan Ding Fa
 - Déblocage articulaire, mouvements préparatoires.
 - Étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Pratique Zhàn Zhuāng
 - Méditation. Respiration

SEMINAIRE 3: 14H (2 JOURS)

- Théorie :
 - Présentation de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Présentation de la théorie des méridiens
- Pratique :
 - Préparation du corps. Pratique en mouvement
 - Pratique de Peng Qi Guan Ding Fa
 - Pratique de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Pratique de Zhàn Zhuāng
 - Méditation

SEMINAIRE 4 : 14H (2 JOURS)

- Théorie :

Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

- Poursuite étude de Xing Shen Zhuang
- Théorie de l'entièreté Hun Yuan
- Pratique :
 - Préparation du corps.
 - Pratique de Peng Qi Guan Ding Fa
 - Pratique de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Pratique de Zhàn Zhuāng
 - Méditation/Respiration

SEMINAIRE 5 14H (2 JOURS)

- Théorie :
 - Théorie de l'entièreté Hun Yuan
 - Théorie sur le soin
- Pratique :
 - Préparation du corps.
 - Pratique de Peng Qi Guan Ding Fa
 - Pratique de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Pratique de Zhàn Zhuāng
 - Pratique de soin
 - Méditation/Respiration

Evaluation mixte (Théorique et pratique)

SEMINAIRE 6 14H (2 JOURS)

- Théorie :
 - Théorie de l'entièreté Hun Yuan
 - Théorie sur le soin
- Pratique :
 - Préparation du corps.
 - Pratique de Peng Qi Guan Ding Fa
 - Pratique de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Pratique du soin
 - Pratique de Zhàn Zhuāng
 - Méditation/Respiration

• SEMINAIRE 7 14H (2 JOURS)

- Théorie :

CHÉNG XÌN, 110 Allée du soleil 74320 SEVRIER - secretariat@chengxin.fr – 04 50 02 83 69 –

SASU au capital de 1000 € inscrite au RCS d'Annecy sous le n°87852576500029 – Organisme de formation enregistré sous le numéro de déclaration d'activité 84740375074 auprès du préfet de Région Auvergne Rhône Alpes. « Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat. »

- Article 261-4-4° alinéa 6 du CGI - Non assujetti à la TVA.

Ecole adhérente de l'Union Française des Professionnels de Médecine Traditionnelle Chinoise (U.F.P.M.T.C)

- Enseignement de conseils pédagogique
- Pratique :
 - Préparation du corps.
 - Pratique de Peng Qi Guan Ding Fa
 - Pratique de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Étude de l'enchaînement Xing Shen Zhuang
 - Mise en situation des enseignements pédagogique.
 - Pratique du soin
 - Pratique de Zhàn Zhuāng
 - Méditation/Respiration

SEMINAIRE 8 42 H (6 JOURS)

- Théorie :
 - Théorie de l'entièreté Hun Yuan
- Pratique :
 - Préparation du corps.
 - Pratique de Peng Qi Guan Ding Fa
 - Pratique de Xun Jing Dao Yin Fa
 - Pratique Xing Shen Zhuang
 - Pratique du soin
 - Pratique des Tai Ji Ball
 - Pratique de Zhàn Zhuāng
 - Méditation/Respiration

Examen fin d'année