

## CONTENU des COURS

### Rennes

Nourrir les articulations  
TaijiQigong d'Eau et Lumière  
Les 5 Animaux de Hua Tuo

### Nantes

Le Qi des 12 Méridiens Principaux  
Respirer et 8 merveilles assises  
Neigong de la Chemise de Fer  
Pédagogie et Théorie Qigong .....

### OLÉRON en NATURE 5 jours

L'Hirondelle de Shaolin ..... 24 au 28 juillet  
Qi et Respiration des 12 Spirales

Coupon à compléter et adresser à

**Stella Interiora**

8 avenue d'Argeliers 34310 CRUZY

Je souhaite recevoir la documentation  
complète de la Formation Qigong ATSI  
par courrier ou par mail

Nom.....

Prénom.....

Adresse.....

.....

tél.....

mail.....

## DATES

### Rennes

26 - 27 novembre  
4- 5 février  
18 -19 mars

### Nantes

15 - 16 octobre  
13 - 14 mai  
03 - 04 juin  
21 mai

## HORAIRES des W-E

### La Pratique

Samedi 14h - 17h

Dimanche 9h30-12h et 14h-16h

### La Théorie (inscrits ATSI)

Samedi 17h30 -19h

CONTACT : 06 28 32 54 98

06 78 40 67 80

contact@qigong-shiatsu.fr

Week-ends et Formation

# QIGONG

Association Stella Interiora



*Santé & Harmonie*

Nantes

Rennes

Atlantique

2022 / 2023

# 氣功

**Qigong** : une pratique corporelle chinoise ancestrale, basée sur la théorie de la Médecine chinoise traditionnelle et la conception taoïste de l'être humain en lien avec l'univers. Une discipline douce qui renforce et assouplit le corps, harmonise les fonctions vitales et apaise le mental.

**La Formation A.T.S.I.** ou **Artisanale Traditionnelle Stella Interiora**  
Une école de sensations internes et de techniques intériorisées par le contact direct en petit groupe. 3 experts formateurs expérimentés vous offrent leur enseignement théorique et pratique sur une durée d'étude de 3 ans minimum en compagnonnage.

## Pour qui ?

- Chaque stage de W-E et d'Eté est ouvert à toute personne désireuse de découvrir ou d'approfondir le Qigong. Aucune prédisposition particulière n'est nécessaire sinon le coeur ouvert et décidé à.... Pas d'âge limite.
- La Formation complète est plus particulièrement proposée aux personnes motivées par une évolution personnelle, une amélioration de la santé, ou une professionnalisation (préparation au diplôme fédéral)



## Nicolas JULLIEN

**Enseignant professionnel à Nantes**  
Plus de 25 ans de pratique de Qigong, Taijiquan, Baguazhang, Kung Fu  
**Fondateur** de l'École du Mouvement Interne

## Georges SABY

**Formateur professionnel**  
40 ans de pratique,  
**Maître** en Qigong, Taijiquan, Baguazhang, Shiatsu et projection de Qi.  
**Auteur** du livre Qigong Universel  
**Réalisateur** de 150 films 20 DVD Qigong

## Florian GILLARD

**Enseignant Professionnel à Rennes**  
Plus de 25 ans de pratique de Qigong, Taijiquan, Yoga, Aikido, Judo, Hsing Yi quan, Shiatsu, Reiki, Tui-na.  
**Fondateur** de l'Ecole de Tai chi chuan et Arts Internes

## LES TARIFS

### UN SEUL STAGE 140€

L'inscription à la Formation n'est pas obligée pour participer aux différents stages, à l'exception des cours théoriques pédagogiques

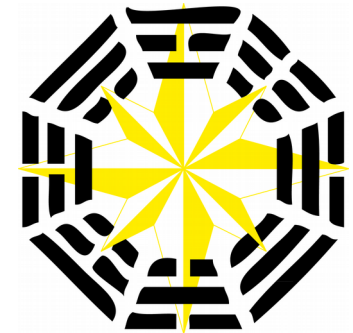
### LA FORMATION QIGONG

5 W-E minimum et Stage Eté  
Chaque W-E 140€ et Eté 280€  
Inscription ATSI 100 €

Réduction possible dans des cas exceptionnels

**LES PLUS de l'adhésion ATSI :**  
pour les inscrits à toute la FORMATION

- \* 5 cours d'1h30 de théorie en W-E
- \* Pédagogie/Théorie Qigong en W-E
- \* 4 cours d'1h de correction individuelle au séminaire d'ETE
- \* 1 journée annuelle de cours **Gratuite**



[www.qigong-shiatsu.fr](http://www.qigong-shiatsu.fr)  
[www.abc-chi.com](http://www.abc-chi.com)