



**Dimanche 27 novembre 2022**

**9h30-12h, 14h-17h**

☯ Développer *TING* (l'écoute) ☯

Cultiver son *Qi* nécessite le développement d'une «écoute» intérieure d'une qualité particulière, *TING* 聽, associée au mental calme.

Par divers exercices, statiques et en mouvements, plus ou moins intériorisés et gymniques, nous éclaircirons notamment la conscience du *Dantian* inférieur.

**37 rue de Coulmiers, Nantes**

**Participation : 60 € (acompte 30€ à l'inscription)**

**20 personnes maxi**

***Animé par Nicolas JULLIEN***

---

Infos complémentaires et inscription auprès de Nicolas JULLIEN

**06 70 44 28 96**

[ecoledumouvementinterne@orange.fr](mailto:ecoledumouvementinterne@orange.fr)