

# Ateliers 2019- 2020

## L'Arbre de Vie



Les samedi de 14h30 à 17h30

---

- Samedi 12 octobre : Les animaux secrets du Wudang  
La grue, mouvement du métal, nourrir les Poumons
- Samedi 16/11: Ressentir et densifier le mouvement interne(1)  
avec le Yang Sheng Ba She
- Samedi 7 décembre: Nei gong : Atelier méditation  
Développer la voie de la pleine conscience
- Samedi 1<sup>er</sup> février: Les animaux secrets du Wudang  
La tortue, mouvement de l'Eau, tonifier les Reins
- Samedi 29/02: Ressentir et densifier le mouvement interne(2)  
avec le Yang Sheng Ba She
- Samedi 14 mars: Qi Gong des animaux secrets du Wudang  
Le tigre, mouvement du Bois, harmoniser l'énergie du Foie
- Week-end des 18-19 avril : Qi Gong et Energétique au Féminin  
Qi Gong de la Femme, alchimie interne, les Déesses
- Samedi 16 mai : Ressentir et densifier le mouvement interne(3)  
avec le Yang Sheng Ba She

**Chaque module est indépendant et unique :**

**Un atelier de 3h : 40€, 35 €adhérents**

**Inscription : cocher le ou les modules choisis et renvoyer le bulletin avec vos noms, prénoms et mail, accompagnés d'un chèque d'arrhes de 15 euros à : L'Arbre de Vie 53 rue du Château d'Eau 34730 Prades le lez. Vous recevrez un mail de confirmation.**