

Bulletin d'inscription à retourner
au plus tard 8 jours avant la
première matinée de votre choix

à

Marie-Christine Moutault
«Les Nuages du Wudang»
La Haute Jeannière
49220 – Thorigné d'Anjou

Nom :

Prénom :

Date de naissance :

(seulement non adhérent, pour assurance)

Adresse :

Tél :

Mail :

«Les Nuages du Wudang»

Tél: 06.83.09.46.92

Wudang49@orange.fr

recto

Votre planning!

Planning Soirées Méditation

Dates	avec	Choix
12/10/18	M.C.Moutault	
23/11/18	M.C.Moutault	
25/01/19	M.C.Moutault	
23/02/18	M.C.Moutault	
22/03/19	M.C.Moutault	
07/05/19	Maître LIU	
17/05/19	Maître LIU	

Avec M.C.M	Prix adhérent	Prix non adhérent	Votre option
5 soirées	50 €	60 €	
4 soirées	40 €	50 €	
3 soirées	30 €	40 €	
2 soirées	20 €	30 €	
1 soirée	10 €	15 €	
Avec	20 € x 1	25 € x 1	
Maître LIU	40 € si 2	50 € si 2	
TOTAL			

Le règlement est à effectuer à l'ordre des
NUAGES DU WUDANG

Programme des soirées :

19h00 – 19h30 : échauffement spécifique

19h30 – 20h30 : Méditation avec parfois marches conscientes intermédiaires. (Il n'est pas obligatoire d'être assis, il est possible de prendre un tabouret ou une chaise)

Lieu :

Sur la Haute Jeannière, au Centre Xian à Thorigné d'Anjou ; sur la D 191

Saison 2018– 2019 --- Soirées méditation



Organisées par l'Association

«Les Nuages du Wudang»

Tél 06.83.09.46.92

wudang49@orange.fr

www.taiji-qigong-anjou.fr

Nous vous proposons cette saison
Un ensemble de 7 soirées consacrées à
La **MEDITATION**

Seront abordés au cours de ces sept soirées :

- Des exercices spécifiques préparatoires
- Une attention particulière à la respiration
- Des techniques de nettoyage de la moëlle
- La respiration du dragon
- Le lâcher-prise

Vous pouvez vous inscrire:

- pour l'ensemble des dates
- pour partie(s), (prix selon le nombre de séances choisies)
- ponctuellement en fonction de vos disponibilités du moment... (Paiement à la séance, sans inscription préalable)

Les débutants de la saison
sont les bienvenus

**Le co-voiturage peut être une
bonne idée pour venir !**

**5 Soirées encadrées
Marie-Christine MOUTAULT**

responsable pédagogique de
l'association

«Les Nuages du Wudang»

- A commencé le taiji quan en 1988 ; élève puis assistante de Claudy Jeanmougin,
- A suivi de nombreux stages avec Maître Wang Yen Nien en France et à Taïwan,
- Membre actif du Collège des Enseignants du Y.M.T.Q.
- Diplômée de l'Ecole Française de Taiji Quan,
- Formation avec Jean Marc Eyssalet à IDEES (Institut de Développement des Etudes en Energétique et Synologie).
- Disciple de Maître Liu Deming

**2 soirées encadrées par
Maître LIU DEMING**

Maitre Liu Deming nous fait l'honneur de venir enseigner pour la 5ème année consécutive. Il encadrera un temps de 4 jours de stage sur le qigong médical et un w.end de Tuishou. Avant chaque début de stage il encadrera une soirée méditation.

**Bulletin d'inscription à retourner
au plus tard 8 jours avant la
première matinée de votre choix**

à

Marie-Christine Moutault

«Les Nuages du Wudang»

La Haute Jeannièrre

49220 – Thorigné d'Anjou

Planning Soirées Méditation

Dates	avec	Choix
12/10/18	M.C.Moutault	
23/11/18	M.C.Moutault	
25/01/19	M.C.Moutault	
23/02/18	M.C.Moutault	
22/03/19	M.C.Moutault	
07/05/19	Maître LIU	
17/05/19	Maître LIU	

Avec M.C.M	Prix adhérent	Prix non adhérent	Votre option
5 soirées	50 €	60 €	
4 soirées	40 €	50 €	
3 soirées	30 €	40 €	
2 soirées	20 €	30 €	
1 soirée	10 €	15 €	
Avec Maître LIU	20 € x 1	25 € x 1	
	40 € si 2	50 € si 2	

Le règlement est à effectuer à l'ordre des

NUAGES DU WUDANG

Tél: 06.83.09.46.92

verso