



**ASSOCIATION LES NUAGES DU WUDANG  
TAIJI QUAN ET QI GONG À ANGERS**



**BULLETIN D'INSCRIPTION  
STAGE ZIRAN QI GONG - WU XING (5 ELEMENTS)**

**Dates : 25 et 26 juillet 2026**

**Horaires : accueil sur place 9h15**

**samedi 9h30 - 12h30 et 14h - 18h**

**dimanche 9h30 - 12h30 et 14h - 17h**

**Lieu : soit salle de l'Arceau, soit salle Fratellini à ANGERS (confirmé fin juin)**

**Propos du stage :**

Séverine vous propose de vous accompagner, le temps d'un week-end, sur la pratique de cette série des 5 éléments (Wu Xing - Ziran Qi Gong). Cette série a l'avantage d'être complète et relativement courte. Cela vous permettra d'intégrer plus facilement son déroulé et d'en bénéficier rapidement des bienfaits en la pratiquant de façon agréable.

C'est une série d'origine taoïste. Cette forme est connue pour réguler le Qi de façon globale et aussi pour éliminer les anciennes énergies et intégrer de nouvelles énergies. En la pratiquant en conscience avec l'intention sur les différents méridiens, cela nous aidera à nettoyer les différentes émotions, détoxifier le corps et garder un bon équilibre global en harmonisant les 5 éléments en nous.

Ce stage est l'occasion de prendre un temps pour soi, d'enrichir sa pratique et de découvrir ou redécouvrir le Ziran Qi Gong transmis par maître Liu Deming.

Ce stage sera axé principalement sur la pratique de cette série. Il y aura un éveil corporel spécifique, puis la découverte, la pratique et l'approfondissement des mouvements de la série. Il y aura également un temps court de médiation (ou relaxation) et de théorie.

Les informations sur le matériel nécessaire à apporter sur place ainsi que l'organisation pour les repas des midis seront transmises à l'inscription.

Ce stage est ouvert à tous, pratiquant ou non de qi gong et/ou de taiji quan.

Pour plus de renseignements, contacter directement Séverine Flot au 06 83 46 57 54.

**Tarifs :**

**Prix Adhérent 150€**

**Prix Non-Adhérent 170€**

.....S'inscrire avant le 5 juillet 2026, merci.....

**Nom – Prénom :**

**Né(e) le :**

*(pour assurance)*

**Mail :**

**Tél. :**

**Adhérent/Non-adhérent à l'association « Les Nuages du Wudang »  
(entourer la mention qui vous concerne)**

**Tarif à régler, reporter ici le montant :**

**Mode de paiement au choix, entourer celui choisi :**

**Règlement par chèque à l'ordre de « Les Nuages du Wudang »**

**En cas de règlement par virement bancaire, merci d'indiquer en libellé :**

**Nom-Prénom\_Stage5elements26**

**IBAN : FR76 1790 6000 3200 0763 9577 491**

**BIC : AGRIFRPP879**