

# Nei Yang Gong

ou

## L'Art de Nourrir l'Interne

avec

Marie Christine  
Moutault

### Horaires de pratique :

- **17 déc.** : accueil 9h début stage 9h30 – 12h30 et 15h - 18h
- **18 déc.** : 7h - 12h30 et 15h - 18h
- **19 déc.** : 7h - 13h

### Lieu :

#### Centre Xian Thorigné d'Anjou

- Possibilité d'arriver la veille pour les personnes qui viennent de loin.
- Le Centre propose hébergement (collectif ou individuel) et repas (excellents préparés par les carottes sauvages et bien sûr bios) sur place

### A qui s'adresse ce stage ?

A toutes les personnes qui pratiquent régulièrement le Taiji Quan ou le Qigong

### Pourquoi trois jours ?

Ce travail de connexion avec soi-même suppose que celle ou celui qui l'aborde ait du temps pour explorer, vivre et revivre les expériences proposées. Ne faire qu'une journée et demi ne permettrait pas d'entrer dans le vif du sujet.

### Précisez si intolérances alimentaires :

### Bulletin d'inscription à retourner

**au plus tard le 30 novembre 2022**

à Marie-Christine Moutault

La Haute Jeannière  
49220 – Thorigné d'Anjou

Nom :

Prénom :

Adresse :

Tél :

Mail :

Règlements : **Pédagogie** à Marie Christine

- **Hébergement et repas** au Centre Xian

| Pédagogie<br>+ loc. salle      | 185 €<br>adhérent(e) | 195 € non<br>adhérent(e) |
|--------------------------------|----------------------|--------------------------|
| Hébergement<br>2 nuits         | 26 €<br>Collectif    | 60 €<br>Solo ou duo      |
| Hébergement<br>3 nuits         | 33 €<br>Collectif    | 88 €<br>Solo ou duo      |
| REPAS                          | Sans régime          | Avec régime              |
| du 16 au soir<br>au 19 midi    | 112.50 €             | 127.50 €                 |
| du 17 midi au<br>19 midi       | 90.50 €              | 102.50 €                 |
| 2 petits déj.<br>+ 3 déjeuners | 59.50 €              | 67.50 €                  |

Entourer les options choisies

L'art de nourrir l'Interne

C'est l'Art d'apprendre à conduire le  
Souffle ou encore le Qi

Cet art s'appuie sur la respiration et va  
au-delà

L'Energétique Chinoise propose des  
prises de conscience de Portes  
contenues dans le corps

Nous irons à leurs rencontres et  
dialoguerons avec...

De ce dialogue naîtra la découverte  
d'un espace intérieur vaste et bien  
vivant !