

Institut Européen de Qi Gong et Yang Sheng

Université libre du Qi

Pour le plaisir de pratiquer et d'apprendre librement

- **QG21 Qi Gong et émotions 6UL**

Animé par : Yves Réquena, Hélène Zimmermann

Date : 1-2-3-4 novembre 2012 – **Lieu** : Le Taillé– **Horaires** : jeudi 10h00 – dimanche 17h00

Ce stage impliquant de quatre jours met les stagiaires en situation de ressentir les contenus émotionnels et l'acquisition des ressources possibles pour chasser les émotions envahissantes, ou pour agir en les transformant, ou encore pour les traverser en utilisant la voie directe de la pleine conscience. L'outil principal utilisé est ici le Qi Gong.

Ce stage fait partie du Qi Gong anti-âge.

- **Public concerné** : tout public et psychothérapeutes, relation d'aide...

Si vous souhaitez plus d'informations, contactez-nous à secretariat@iegg.com ou direction@iegg.com

