

# Institut Européen de Qi Gong

FORMATION



GUOLIN QI GONG

XIN QI GONG LIAO FA  
新气功疗法

ENSEIGNEMENT  
CHRISTOPHE CADÈNE & YVES RÉQUÉNA



**Intervenant**  
**Christophe Cadène**



---

## Séminaires

QGCAN1	<b>Module 1</b>	<b>16-20 septembre 2022</b>	Yenne
QGCAN2	<b>Module 2</b>	<b>15-19 janvier 2023</b>	Yenne
QGCANMS	<b>Les 4 Marches de Santé</b>	<b>17-19 février 2023</b>	Yenne
QGCAN3	<b>Module 3</b>	<b>7-11 avril 2023</b>	Montplaisir-en-Rose
QGEVALC	<b>Certification</b>	<b>23-25 juin 2023</b>	Montplaisir-en-Rose
	<b>Cracher la Perversité par les sons</b>	<b>26-28 octobre 2022</b>	Montplaisir-en-Rose
	<b>Les 10 marches fondamentales du Guolin Qigong</b>	<b>23-25 novembre 2022</b>	Vesseaux
	<b>Les 8 Pièces de Brocart de Mme Guolin</b>	<b>17-19 mars 2023</b>	Yenne

## Présentation

### Une formation unique en France

Cette formation, unique en France, est consacrée à l'étude approfondie d'une forme de *Qigōng* 气功 spécifique très pratiquée de nos jours en Chine populaire : l'aide au traitement des personnes atteintes de cancer. S'appuyant sur des techniques millénaires héritées des anciennes traditions énergétiques chinoises, la Thérapie par le Nouveau Qigōng (*Xīn Qigōng Liáo Fǎ* 新气功疗法), plus connue sous le nom de Méthode Guōlín, fut élaborée dans les années 70 par une chinoise, *Lín Guànmíng* 林冠明 (1909-1984), elle-même atteinte d'un grave cancer de l'utérus.

Composée de 3 modules de cinq jours plus un module de certification, la formation propose d'aborder l'étude des exercices élémentaires de la méthode (*Chū Jí Gōng* 初级功) permettant d'ac-

quérir les outils de compréhension essentiels d'aide au traitement du cancer.

La formation est entièrement dirigée par Christophe S.J. Cadène, seul français et rare occidental à s'être formé en Chine Populaire auprès des maîtres héritiers de la lignée du maître fondateur. Il est, avec le Dr Yves Réquena, l'auteur du premier ouvrage francophone entièrement dédié à cette méthode : *Qigong et Cancer. Prévention et accompagnement au traitement par la méthode Guolin* publié aux éditions Trédaniel.

Le stage des 4 marches thérapeutiques de Zhang Ming Wu, enseigné par Yves Réquena, complète la formation pure de Guolin Qi Gong de Christophe Cadène mais ne donnera pas lieu à évaluation.

[www.ieqg.com](http://www.ieqg.com)  
[www.reseauguolinfrance.com](http://www.reseauguolinfrance.com)



## PROGRAMME

### QGCAN1 Module 1 (module élémentaire)

Lieu Clos des Capucins - Yenne

Dates 16-20 septembre 2022

Horaires 14h30 - 16h

Ce premier module met l'accent sur l'étude des principales marches thérapeutiques de la méthode (Bù Xíng Gōng 步行功) ainsi que sur l'exercice fondamental de relaxation profonde (Sōng Jìng Gōng 松靖功), de drainage et de renforcement des trois « étages » ou foyers (Sān Jiāo 三焦) de l'organisme. Ce premier module permet donc d'acquérir la compréhension des exercices clés de la pratique afin de pouvoir démarrer sans tarder une prise en charge personnelle de la maladie.

1 - Phase Préparatoire et Phase de Repli de la Pratique

Yù Bèi Gōng 预备功 et Shōu Gōng 收功

2 - Travail Calme et Relâché de Montée-Descente, Ouverture-Fermeture

Shēng Jiàng Kāi Hé Sōng Jìng Gōng 升降开合靖松功

3 - Marche Naturelle

Zhōng Dù Fēng Mǎn Zìrán Bù Xíng Gōng 中度风慢自然步行功

4 - Travail à Pas Fixe (3 formes)

Dìng Bù Gōng 定步功

5 - Marches Rapides (3 formes)

Kuài Xíng Gōng 快行功

6 - Marches à Pas Pointé (3 formes)

Diǎn Bù Gōng 点步功

### QGCAN2 Module 2 (module complémentaire)

Lieu Clos des Capucins - Yenne

Dates 15-19 janvier 2023

Horaires 14h30 - 16h

Ce deuxième module propose l'étude d'un panel d'exercices complémentaires mettant l'accent sur les pratiques fondamentales de relaxation (Sōng Jìng Gōng 松靖功) mais également de drainage de l'énergie perverse (Xié Qì 邪气), notamment grâce aux puissantes techniques d'auto-massage (Zì Wǒ Àn Mó Gōng 自我按摩功) et de vocalisations (Tǔ Yīn Gōng 吐音功).

7 - Travail du bâtonnet de main

Shǒu Gùn Gōng 手棍功

8 - Marche à Pas Pointé (4<sup>e</sup> forme)

Yī Bù Sān Diǎn Gōng 一步三点功

9 - Cracher la Perversité par le Son

Tǔ Yīn Gōng 吐音功

10 - Massage de la Tête

Tóu Bù Àn Mó Gōng 头部按摩功

11 - Massage des points

Yǒng Quán Yǒng Quán Xué Àn Mó Gōng

涌泉穴按摩功

12 - Travail du rouleau de pieds

Jiǎo Gùn Gōng 脚棍功

## **QGCAN3 Module 3 (module d'expertise)**

**Lieu Montplaisir-en-Rose**

**Dates 7-11 avril 2023**

**Horaires 14h30 - 16h**

Enfin, ce troisième module d'expertise est consacré à l'étude approfondie des différentes variantes des exercices fondamentaux étudiés jusqu'ici dans les Modules 1 et 2. Éléments essentiels pour une pratique ciblée, ces variantes permettent d'affiner les techniques de base en prenant en considération les pathologies connexes aux cancers (hyper ou hypotension, niveau des marqueurs tumoraux, numération globulaire, etc.).

13 - Les 3 variations des Ouvertures-Fermetures du Champ de Cinabre Médian

Variation 1 : Syndromes de Plénitude (Shí实)

Variation 2 : Syndromes de Vide (Xū虚)

Variation 3 : Maladies chroniques et entretien de la santé (Yǎng Shēng养生)

14 - Les 4 variations de la Marche Naturelle

• Variation 1 : Méthode de Tonification (Bǔ Fǎ 补法)

• Variation 2 : Méthode d'Harmonisation (Tiáo Zhěng Fǎ 调整法)

• Variation 3 : Méthode indiquée pour élever [les marqueurs]

(Shēng Zhǐ Biāo Fǎ 升指标法)

• Variation 4 : Méthode indiquée pour abaisser [les marqueurs]

(Jiàng Zhǐ Biāo Fǎ 降指标法)

15 - Les 2 variations du Travail Calme et Relâché de Montée-Descente, Ouverture-Fermeture

• Méthode indiquée pour élever [les marqueurs]

(Shēng Zhǐ Biāo Fǎ 升指标法)

• Méthode indiquée pour abaisser [les marqueurs]

• (Jiàng Zhǐ Biāo Fǎ 降指标法)

16 - Les 2 variations des Marches Rapides

• Marche Moyennement - Version 2 (Zhōng Kuài Gōng 中快功)

• Marche Peu Rapide-Version 2 (Shāo Kuài Gōng 稍快功)

## **QGCANMS Les 4 Marches de Santé**

**Prérequis Aucun**

**Lieu Clos des Capucins - Yenne**

**Dates 17-19 février 2023**

**Horaires 14h30 - 12h**

Il s'agit de la méthode simplifiée des marches anticancer de Guolin (Xi Xi Hu) mise au point par son disciple Zhang Ming Wu :

- marche du Rein,
- marche du Poumon,
- marche de Rate-Foie,
- marche du Cœur.

Chaque marche a un effet régulateur sur l'immunité et renforce le système locomoteur, la coordination et la vascularisation du cerveau :

- maladies des cinq organes et leurs déséquilibres,
- indications respectives des quatre marches en médecine chinoise,
- indications dans le soutien des malades qui ont le cancer,
- prévention initiale et prévention des rechutes.

Que peut-on améliorer avec les quatre marches de santé ?





Hypertension, stress, séquelles d'AVC, insomnie, dépression, angoisse, diabète, fibromyalgie, arthralgies, Parkinson, sclérose en plaques, cancer (adjuvant des méthodes classiques),

asthme, BNPO, emphysème, hypothyroïdie, insuffisance rénale, lombalgies, sciatiques, polyarthrite.

- ▶ Apprentissage des marches.
- ▶ Stratégie de sélection selon la maladie.
- ▶ Conférence sur l'immunité en médecine chinoise et les moyens de la renforcer.
- ▶ Conférence sur le cancer en médecine occidentale et chinoise.

### **QGEVALC Certification**

**Lieu** Montplaisir-en-Rose  
**Dates** 23-25 juin 2023  
**Horaires** 9h - 12h

À l'issue des 3 modules de formation, l'Institut Européen de Qi Gong (IEQG) propose aux étudiants qui le souhaitent d'octroyer une certification de *Guōlín Qìgōng* 郭林气功 conditionnée au passage d'un examen individuel écrit et pratique. Cet examen a lieu une fois par an.

**COÛT GLOBAL DE LA FORMATION 2 030 €**

### **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS**

info@ieqq.com  
 direction@ieqq.com  
 06 15 28 72 58  
 06 70 59 94 62

**www.ieqq.com**  
**ww.reseauguolinfrance.com**

## Modules de perfectionnement



### Les 8 Pièces de Brocart de Mme Guolin

*Xīn Qì Gōng Bā Duàn Jīn*  
新气功八段锦

**Prérequis** Aucun

**Lieu** Clos des Capucins - Yenne

**Dates** 17-19 mars 2023

**Horaires** 9h - 12h

**Coût** 280 €

Ce stage inédit en France dévoilera la version des fameuses 8 Pièces de Brocart (*Bā Duàn Jīn* 八段锦) entièrement révisée par Mme. Guolin à des fins de maintien de la santé pour les personnes ayant eu un cancer et se trouvant en phase de rémission. Une première en France à ne manquer sous aucun prétexte !

### Cracher la Perversité par les sons (*Tǔ Yīn Gōng* 吐音功)

**Prérequis** De préférence avoir suivi le Module 2

**Lieu** Montplaisir-en-Rose - Lieu-dit En Perdouls - 81140 Algans

**Dates** 26-28 octobre 2022

**Horaires** 9h - 12h

**Coût** 280 €

L'exercice Cracher la Perversité par les Sons (*Tǔ Yīn Gōng* 吐音功) est un exercice de niveau supérieur d'une extraordinaire efficacité pour extirper en profondeur l'énergie perverse de la maladie. Sa pratique, très complexe, requiert beaucoup d'expérience. Ce stage unique et rare est un complément aux principes fondamentaux étudiés au cours du Module 2. Il vous permettra d'aborder en profondeur l'approche théorique et pratique des sons fondamentaux Ha et Wo ainsi que celle des sons spécifiques aux Cinq Organes Zang (Foie, Cœur, Rate, Poumon et Reins) comme cela ne vous sera jamais donné de l'approcher.

**À ne manquer sous aucun prétexte !**





## Les 10 marches fondamentales du Guolin Qigong

**Lieu** Domaine du Taillé - Vessex

**Date** 23-25 novembre 2022

**Horaires** 9h - 12h

**Coût** 280€

Ce séminaire de révision a pour objectif d'asseoir les connaissances des étudiants sur l'aspect le plus fondamental de la Méthode Guolin : les marches thérapeutiques. À l'occa-

sion de ce séminaire seront revues et détaillées l'ensemble des 10 marches fondamentales qui structurent la méthode :

- 1 - Marche Naturelle (*Zirán Xíng Gōng* 自然行功)
- 2 - Les 3 formes des Marches à Pas Pointé (*Diǎn Bù Gōng* 点步功)
- 3 - Les 3 formes du Travail à Pas Fixe (*Dìng Bù Gōng* 定步功)
- 4 - Les 3 formes des Marches Rapides (*Kuài Xíng Gōng* 快行功)

## RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS

info@iegg.com

direction@iegg.com

06 15 28 72 58 – 06 70 59 94 62

[www.iegg.com](http://www.iegg.com)  
[www.reseauguolinfrance.com](http://www.reseauguolinfrance.com)

# Formalités d'inscription

## A. Cursus de formation

Les inscriptions aux différents cursus (Qi Gong, Massages énergétiques chinois) de formation professionnelle relèvent du même procédé :

- La demande d'inscription se fait via notre site internet. En premier lieu, le candidat doit y joindre une lettre de motivation. Un entretien téléphonique vient obligatoirement confirmer la demande d'inscription. À la suite de quoi, un devis, et un contrat de formation reprenant tout le détail du cursus sont envoyés. L'inscription devient effective au moment où le candidat renvoie ces documents signés pour accord.
- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de notre politique tarifaire avant

de renvoyer le contrat (consultables sur notre site internet).

- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.
- Les personnes en situation de handicap sont invitées à prendre contact avec Catherine Échard (référente handicap au sein de l'école) [direction@ieqg.com](mailto:direction@ieqg.com) afin de voir ensemble les modalités d'accueil.
- L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompagnés du règlement d'un acompte de **530 €**.
- Des frais administratifs annuels sont inclus dans le devis.

## B. Prise en charge OPCO

• L'Institut Européen de Qi Gong est un organisme de formation professionnelle depuis 1990, enregistré auprès de la DIRECCTE de la Préfecture de région Provence-Alpes-Côte-d'Azur sous le numéro 93-13.03757.13. Ce qui signifie que l'Institut Européen de Qi Gong respecte pleinement ses obligations administratives et légales et est donc habilité par l'état à dispenser une formation professionnelle.

- Cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'État.
- Nous sommes à votre disposition pour vous aider à remplir les dossiers de demande de prise en charge auprès de votre OPCO. Il vous appartient de vous renseigner auprès de votre OPCO concernant les documents nécessaires à la demande : devis, convention de formation, calendrier et déroulé pédagogique.

Veillez toutefois à respecter les délais qui vous sont impartis.



Depuis 2017, nous sommes agréés par Datadock. Cette référence garantit aux financeurs que l'IEQG répond aux exigences de qualité d'enseignement définies par les textes de loi régissant la formation professionnelle.



L'IEQG a obtenu le label QUALIOPI le 23 décembre 2020. L'IEQG, pionnière dans l'enseignement du Qi Gong en France, est à nouveau pionnière dans l'officialisation de la formation professionnelle dans ce domaine et offre aux étudiants la crédibilité du label QUALIOPI.

Ce gage de qualité et de mise en conformité facilite la prise en charge du coût de formation par les organismes financeurs comme l'AFDAS, le FIFPL, l'AGE-

FICE, l'AGEFIPH pour les salariés et indépendants ou Pôle emploi pour les demandeurs d'emploi.

### C. Infos pratiques

- Les stages ont lieu en résidentiel, les frais d'hébergement en pension complète (du dîner du vendredi soir au déjeuner du dimanche) sont en sus. Menus sans gluten végétarien sur demande (remplir la fiche logement jointe au devis). Les stages de l'Institut ont lieu au sein de structures d'hébergement dont vous trouverez les détails dans le dossier d'inscription et sur la page [www.ieqq.com/ieqq-le-centre-de-formation/ieqq-nos-lieux-de-formationen/](http://www.ieqq.com/ieqq-le-centre-de-formation/ieqq-nos-lieux-de-formationen/)
- **NAVETTE** : une navette gratuite est organisée de la gare de LYON PART-DIEU au CLOS des CAPUCINS. Ne pas oublier de cocher la case prévue à cet effet sur la fiche logement.
- Une convocation, reprenant le lieu et horaires de stage, est envoyée à chaque participant une dizaine de jours avant le stage.

### Tarifs

#### Cursus

145h • 2 030 € (hors frais d'inscription)

#### Plusieurs choix de modes de règlement

- 2 règlements de 680 € et 1 règlement de 670 €
- acompte de 530 € puis paiement à chaque stage
- par prélèvements mensuels (jusqu'à 12)

Merci de se rapprocher de Catherine Échard ([direction@ieqq.com](mailto:direction@ieqq.com))

Pour toute inscription à un cursus de formation, il convient d'établir un chèque de 135 €, au titre de frais administratifs (pour les détails, voir l'onglet Frais administratifs). Les frais sont à régler chaque année.

NB : en vertu de l'article art. 261-44-a, 5<sup>e</sup> alinéa du Code Général des Impôts, nos tarifs sont exonérés de TVA.

J'accepte que les informations écrites (ou saisies) dans ce formulaire soient utilisées

pour le traitement des adhésions

pour la gestion de la relation entre les adhérents (communication de vos coordonnées, mail, téléphone aux membres de l'IEQG, covoiturage, échange d'informations, etc.)

# L'Institut Européen de Qi Gong

c'est aussi :



**Formation Qi gong**



**Tao de la femme**



**Phytothérapie**



**Tuina**

**Xiao er Tuina (tuina pédiatrique)**

**Shiatsu**





# Institut Européen de Qi Gong

FORMATION



YANG SHENG QI GONG®

**DES FORMATIONS COMPLÈTES ET APPROFONDIES**  
**FORMATIONS PROFESSIONNELLES • SÉMINAIRES LIBRES**



## Tous les séminaires

QGBDJ	<b>Ba Duan Jin</b>	<b>7-9 octobre 2022</b>	Yves Réquéna Véronique Austruy	Yenne
QGEM1	<b>Étirements des méridiens 1</b>	<b>9-11 déc 2022</b>	Yves Réquéna. Veronique Austruy	Yenne
QGAA1	<b>Anti-âge 1 Agilité et forme 1</b>	<b>13-15 janvier 2023</b>	Yves Réquéna et Véronique Austruy	Yenne
QGPEDA	<b>Pédagogie appliquée au Qi Gong</b>	<b>27-29 janvier 2023</b>	Véronique Austruy et Hélène Zimmermann	Yenne
QGCANMS	<b>Les 4 marches de santé</b>	<b>17-19 février 2023</b>	Yves Réquéna et Véronique Austruy	Yenne
QGEM2	<b>Étirements des méridiens 2</b>	<b>10-12 mars 2023</b>	Yves Réquéna. Veronique Austruy	Yenne
QGAA2	<b>Anti-âge 2 Ressourcement et régénération</b>	<b>17-19 mars 2023</b>	Yves Réquéna et Véronique Austruy	Yenne
QGANACV QGANBCV	<b>Anatomie. La colonne vertébrale</b>	<b>5-7 mai 2023 9-11 juin 2023</b>	Dominique Bouât	Yenne
QGSON	<b>Les 6 sons taoïstes</b>	<b>9-11 juin 2023</b>	Yves Réquéna et Véronique Austruy	Yenne
QGW1	<b>Wu Dang Yang Sheng Gong</b>	<b>9-13 juillet 2023</b>	Yves Réquéna & l'équipe pédagogique	Villers Prayères

# Sommaire

<b>Présentation de l'Institut Européen de Qi Gong</b>	<b>5</b>
Le directeur pédagogique	5
L'équipe pédagogique	6
La direction administrative	7
Infos pratiques	7
<b>Présentation générale des formations de l'ieqg</b>	<b>8</b>
Formation professionnelle en Qi Gong	8
Formation professionnelle en massage énergétique chinois	9
Les évaluations en Qi Gong	10
L'évaluation annuelle	10
Les prérequis, cursus et certification	12
<b>Moniteur de Yang Sheng Qi Gong®</b>	<b>12</b>
Programme	13
Les objectifs	13
Les séminaires	14
Module méthodologie et pédagogie	17
<b>Professeur assistant de Yang Sheng Qi Gong</b>	<b>18</b>
Programme	18
Les objectifs	18
Les séminaires	19
<b>Professeur de Qi Gong</b>	<b>22</b>
Programme	22
Les objectifs	22
Les séminaires	23
<b>Cursus stages libres</b>	<b>26</b>
<b>Cursus expert</b>	<b>27</b>





## Présentation de l'Institut Européen de Qi Gong

Notre institut se dédie, depuis plus de 30 ans, à l'enseignement du Qi Gong, adapté à son évolution rapide et à sa pluridisciplinarité.

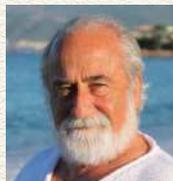
L'IEQG a formé quelques 400 élèves ces huit dernières années, toutes disciplines confondues. Il enregistre un taux de réussite de 80%.

### Le directeur pédagogique

Yves Réquena, médecin acupuncteur auteur de 26 ouvrages sur la médecine chinoise, est reconnu comme un des pionniers dans la discipline du Qi Gong, il publie livres et vidéos.

Dès les années 1980, il participe aux congrès internationaux d'acupuncture et démarre une carrière d'enseignement international sur ses théories de terrains en acupuncture et en phytothérapie. Parallèlement, préoccupé de la vulgarisation au plus grand nombre, il publie pour le grand public : Acupuncture et psychologie, Le guide pratique des moxas chinois et Le guide du bien-être selon la médecine chinoise. Toutefois, dès 1983, lors d'un de ces congrès auxquels il participe aux États-Unis, il découvre le Qi Gong, gymnastique chinoise utilisée par les médecins chinois au côté de l'acupuncture et expérimentée dans le sida au Lincoln Hospital à New York. Il prend conscience de l'importance du Qi Gong pour la médecine dans le futur. Il n'a de cesse alors de pratiquer et d'étudier le Qi Gong auprès de 30 maîtres chinois au cours de voyages successifs en Chine, aux États-Unis.

Il fonde, en 1989, avec Nicole Lenzini, la première école de Qi Gong d'Europe, et donc de France, l'Institut Européen de Qi Gong et consacre désormais une partie de son temps à l'enseignement du Qi Gong. Il sera sollicité successivement comme directeur technique et comme conseiller pédagogique régulièrement dans des écoles de Qi Gong en Allemagne, Autriche, Belgique, Espagne, Luxembourg, Portugal, Suisse, Argentine, Brésil, Canada, Colombie, États-Unis, Québec.



### Une synergie d'équipe

Au cours de ces 30 années, plus de 30 experts chinois ou occidentaux ont été invités à enseigner et transmettre leur savoir-faire en Qi Gong à l'IEQG. L'Institut a su s'entourer également d'intervenants, maîtres de conférences et cadres pédagogiques de disciplines complémentaires.

La synergie de cette équipe a permis de conforter et de garantir, au fil des années, un standard performant de professionnalisation offert à ses étudiants.



## L'équipe pédagogique

### Véronique Austruy

Enseignante de Qi Gong, diplômée de la FEQGAE et formée à l'IEQG. Créatrice du concept innovant de «cure de Qi Gong». Responsable des évaluations en 2<sup>e</sup> année de formation professionnelle.



### Dominique Bouât

Ostéopathe, kinésithérapeute diplômé de la fédération européenne de Qi Gong et de l'IEQG, enseignant de Qi Gong et d'anatomie.



### Christophe Cadène

Professeur de Qi Gong. Diplômé de la FEQGAE et en MTC (IMTC) Praticien MTC.



### Sylvie Chagnon

Diplômée de Massage de l'Hôpital sino-japonais et de l'hôpital de massage traditionnel chinois de Pékin. Certifiée en Réflexologie plantaire au Takoma Park Institute (Washington DC USA). Responsable du cursus de formation massages énergétiques chinois.



### Gilles Donguy

Professeur et formateur de Qi Gong. Diplômé de la FEQGAE et de l'IEQG. Diplôme d'Acupuncture Traditionnelle Chinoise (DATC). DU en Nutrition-Micronutrition de l'Université de Bourgogne. Certificats de Phytothérapie et de Physionutrition de l'IEPP. Enseignant en diététique chinoise. Praticien MTC et Naturopathie.



### Michel Frey

Docteur en médecine, acupuncteur, chercheur et conférencier. DESS Ethnomédecine Paris VII.



### Sonia Rayssiguier

Diplômée de l'IEQG et de la FEQGAE. Spécialisée dans le Qi Gong des enfants.



### Jean-Luc Riehm

Licencié en STAPS en spécialité Management du Sport et des Activités pour tous. Créateur du concept de «Santé Active». Directeur et formateur de l'iiQG depuis 2004 fondé par Yves Réquena en 1990.



### Claude Simmler

Médecin acupuncteur en Alsace. Ex chargé de cours à la faculté de médecine de Strasbourg. Spécialiste de la chrono-acupuncture et de l'acupuncture spatio-temporelle.



### Hélène Zimmermann

Formée à la forme Wu du Tai Ji Quan par Maître Chau Wei Son et en Qi Gong par l'IEQGYS, elle est diplômée de la FEQGAE et continue à suivre les enseignements de ses maîtres chinois et occidentaux. Elle enseigne Qi Gong, Tai Ji et Wùo Tai en Cévennes depuis 1997. Jury d'examen à la FEQGAE. Responsable du cycle expert en Yang Sheng Qi Gong.



## La direction administrative

### Catherine Échard

direction@iegg.com  
Responsable handicap



### Cathou Nguyen

Rédaction-Conception  
Supports de cours



### Isabelle Biraud secrétariat

info@iegg.com  
06 15 28 72 58  
Permanences -télépho-  
niques :  
du mardi au jeudi  
de 14h à 16h.



### Christian Douçot

Référent Qualité



### Jean-Baptiste Delbord

Chargé de communication



## Rhône-Alpes Qi Gong Infos pratiques

Stages en résidentiel, pension complète (menus sans gluten, végétarien sur demande) : renvoyer la fiche logement jointe au devis.

### Navette

Une navette gratuite est affrétée au départ de la gare de Lyon Part-Dieu (sortie Vilette - Parking gare routière) le vendredi à 12h30 et retour le dimanche pour 13h45 (départ du Clos des Capucins à 12h15).

Les horaires de la navette ont été calculés de façon à ce que chaque personne venant de Paris, Nantes, Nice, Toulouse, Bordeaux, Brest, etc. – que ce soit en avion ou en train – puisse rejoindre le Clos des Capucins dans des conditions optimales.

Les stages débutant le vendredi à 14h30 pour se terminer le dimanche à 12h, cette organisation permet de partir le vendredi matin de chez soi et d'être de retour le dimanche soir.

**Institut Européen de Qi Gong**

**tél. 06 15 28 72 58**

**courriel : info@iegg.com**

**www.iegg.com**

© INSTITUT EUROPÉEN DE QI GONG,  
avril 2022

**création graphique**

Marie-Pierre Charbit

**coordination**

Catherine Échard

**directeur de l'Institut**

YVES RÉQUÉNA



# Présentation générale des formations de l'IEQG

## Formation professionnelle en Qi Gong

La **formation professionnelle au professorat de Qi Gong** se déroule sur 3 années.

- 1<sup>re</sup> année – le monitorat de Qi Gong.
- 2<sup>e</sup> année – le professorat assistant de Yang Sheng Qi Gong.
- 3<sup>e</sup> année – le professorat de Yang Sheng Qi Gong.

► Pour un total minimum de **375 heures en présentiel**.

Les cours dispensés à l'Institut sont complétés par le travail personnel qui est la clé de la réussite à cette formation. L'usage estime ce travail de la manière suivante :

- Suivre un entraînement personnel dans un cours animé par un tuteur de l'Institut. Environ 160 h par an.
- Étudier les textes et cours qui sont donnés. Environ 270 h par an.

L'IEQG privilégie l'enseignement de la pratique.

Il a mis au point un système original de tutorat pour ses élèves en formation professionnelle qui permet à ceux-ci d'approfondir leurs pratiques entre chaque stage auprès d'enseignants qualifiés.

L'apprentissage des techniques et l'appropriation des données fondamentales sont ainsi favorisés et favorisent également l'ouverture à une approche diversifiée de l'enseignement du Qi Gong et des pratiques professionnelles.

### NOUVEAU

Le cursus de professorat sera désormais déterminé à l'avance sur les 3 ans et ouvert à ceux dont l'objectif est d'enseigner. Les stages choisis dans cette optique favoriseront un apprentissage progressif .

À la fin du cursus des trois ans, l'étudiant aura acquis les compétences pour :

- Connaître et savoir transmettre plusieurs enchaînements de Qi Gong.
- Proposer des cours hebdomadaires et/ou stage de Qi Gong à destination de tout public.
- Choisir la structure pour exercer dans un cadre juridique adapté.

## Formation professionnelle en massage énergétique chinois

La **formation professionnelle en Massage énergétique chinois** se déroule sur 2 années.

- 1<sup>re</sup> année – les bases de la MTC, le yin et le yang, les 5 mouvements et les bases théoriques du massage Tuina. Étude des 5 organes, des dérèglements et des protocoles d'équilibrage.

- 2<sup>e</sup> année – les 5 entrailles et leurs dérèglements, les techniques complémentaires au massage.

Chaque année totalise **135h de cours en présentiel**. Les cours dispensés à l'Institut sont complétés par le travail personnel qui garantit la réussite à cette formation. On estime ce travail de la manière suivante :

- ▶ entraînement aux massages énergétiques chinois ;

- ▶ étudier les textes et cours qui sont donnés. Environ 270 h par an.

À la fin du cursus de deux ans, l'étudiant aura acquis les compétences pour :

- ▶ déterminer le profil du patient,

- ▶ choisir et pratiquer la technique de massages appropriée parmi celles apprises,

- ▶ choisir la structure pour exercer dans un cadre juridique adapté.



## Les évaluations en Qi Gong

La **formation professionnelle en Qi Gong** compte différents types d'évaluation communes à toutes les promotions :

- QCM chaque fin de stage pour évaluer les acquisitions immédiates.
- À partir du 2<sup>e</sup> stage, reprise de l'enchaînement appris le stage précédent. Pendant le stage, plusieurs périodes de travail à 2 où chacun évalue l'autre.
- Au cours de l'année, mise en place d'un système de tutorat avec un ensei-

gnant extérieur à l'école, sous forme de cours hebdomadaires ou stages mensuels. Le tuteur doit remplir en fin d'année, un tableau de suivi pédagogique. L'apprentissage des techniques et l'appropriation des données fondamentales sont ainsi favorisés et favorisent également l'ouverture à une approche diversifiée de l'enseignement du Qi Gong et des pratiques professionnelles.

### L'évaluation annuelle

Chaque promotion est encadrée par deux enseignants de l'école.

1<sup>re</sup> année et 2<sup>e</sup> année : les évaluations durent 4 jours et comportent :

- un examen de théorie sous forme de QCM,
- un examen de pratique libre 10 mn,
- un examen de mise en situation pédagogique.

C'est également le temps pour l'élève de faire le point sur ses motivations premières et futures.

En 2<sup>e</sup> année, les modules d'évaluation sont identiques à ceux de 1<sup>re</sup> année. Il est cependant demandé un niveau supérieur pour l'accomplissement des exercices.

3<sup>e</sup> année : l'examen de fin d'année porte sur un choix de 4 enchaînements de Qi Gong. En fin de 2<sup>e</sup> année,

il est demandé à l'élève de déterminer les 4 Qi Gong de son choix parmi ceux étudiés pendant son cursus de formation à l'école. En 3<sup>e</sup> année, il s'agit de l'évaluation finale qui mène au diplôme d'école. Les mêmes modules d'évaluation sont en vigueur, ce qui permet à l'étudiant d'être familiarisé avec ces modalités.

L'épreuve de pédagogie tient une place importante : elle consiste pour l'élève à démontrer sa capacité à mener une séance de cours, à faire un choix d'exercices adaptés à un public, à connaître les mouvements et savoir s'exprimer d'une voix claire, précise.

**Chaque élève de chaque promotion reçoit, à la fin des Évaluations, les appréciations personnalisées de vive voix et par mail.**



FORMATION YANG SHENG QI GONG

## Les prérequis, cursus et certification

### Public concerné

Toute personne désirant enseigner le Yang Sheng Qi Gong®. Les personnes en situation de handicap sont invitées à contacter Catherine Échard, référente handicap, pour définir les modalités d'inscription.

### Prérequis

Niveau Bac, ou prérequis professionnel en arts corporels et énergétiques (professions médicales et paramédicales sont dispensées des séminaires d'anatomie).

Toute inscription est soumise à l'envoi d'une lettre de motivation, suivie d'un entretien téléphonique avec la direction de l'IEQG.

### Cursus

Comptabiliser en 3 ans minimum 375 h.

- La certification de professeur de Yang Sheng Qi Gong® doit être présentée en interne à l'Institut devant le jury réuni par l'école.

## Moniteur de Yang Sheng Qi Gong®

**1<sup>re</sup> ANNÉE - 1 AN : 135 H (4 week-ends + une semaine d'été)**

Niveau de base de la formation en Qi Gong pour l'utilisation du Qi Gong comme outil complémentaire des professions de santé et de l'éduca-

tion : kinésithérapeutes relation d'aide, coaching, éducateurs et enseignants, professeurs de yoga...



# Programme

**QG BDJ Les 8 pièces de Brocard**

**QGEM1 Étirements  
des méridiens 1**

**QGEM2 Étirements  
des méridiens 2**

**QGANAT Anatomie appliquée  
au Qi Gong**

**QGWD1 Wu Dang 1**

**QGEVALS Évaluations**



## Les objectifs

- Connaître l'histoire détaillée et panoramique du Qi Gong en Chine depuis ses origines à nos jours.
- Reconnaître les différentes formes de Qi Gong : externe, interne, martiale, thérapeutique, médical
- Maîtriser les techniques de déblocage des articulations et comprendre le choix des exercices et leurs variations selon l'état général du sujet (public), son âge, ses problèmes articulaires spécifiques.
- Progresser dans sa connaissance du schéma corporel et dans l'aptitude à synchroniser son corps dans l'espace : coordination et fluidité.
- Proposer un choix d'exercices et leur variante selon l'état général du sujet, son âge, ses problèmes articulaires spécifiques.
- Maîtriser la prise de conscience de l'axe, de la latéralité de manière statique et/ou en mouvement.
- Savoir transmettre cette conscience du corps en position statique comme en mouvement.
- Maîtriser et savoir transmettre des techniques de respiration spécifiques au qi gong.
- Maîtriser sa posture, sa pratique et sa voix pour la transmission aux autres.
- Connaître et savoir reproduire 2 enchaînements de Qi Gong.

## Les séminaires

### QGBDJ Les Huit pièces de Brocard 20h

Animé par **Yves Réquena**  
et **Véronique Austruy**

Lieu **Yenne**

Dates **7-9 oct 2022**

Horaires **vendredi 14h30**  
- **dimanche 12h**

#### Pratique

Le Ba Duan Jin a été élaboré par le Général Yen Fei au XI<sup>e</sup> siècle à partir des 12 mouvements de Shao Lin, école externe. Ces huit « mouvements précieux » équilibrent et stimulent les 5 organes, équilibrent les trois Dan Tian. Ils ont comme propriétés de fortifier les structures physiques, de Développer l'endurance, de tonifier l'énergie. Ces mouvements peuvent être enseignés séparément dans un but thérapeutique particulier. On apprend les grands principes de l'axe, de l'enracinement, la fluidité et la relation haut-bas du corps.

Dans ce séminaire on présente également : les auto-massages, la position Zhan Zhuang Gong : « embrasser l'arbre », respiration abdominale, respiration inversée, la méditation-visualisation « les 3 Dan Tian ».

#### Théorie

Sont abordés, la cosmogonie taoïste de l'Univers, le rapport Homme-Univers, le Yin Yang, les cinq éléments, les Bagua (huit trigrammes). Une brève présentation historique du Qi Gong est donnée à l'appui d'un document écrit plus exhaustif.

### QGEM1 Étirements des méridiens 1 20h

**Poumon, Gros Intestin, Estomac, Rate- Pancréas, Cœur, Intestin Grêle**

Animé par **Yves Réquena**  
et **Véronique austruy**

Lieu **Yenne**

Dates **9-11 décembre 2022**

Horaires **vendredi 14h30** -  
**dimanche 12h**

#### Pratique

Sont enseignés dans ce séminaire les mouvements permettant l'étirement le déblocage, l'amélioration de la circulation des méridiens d'acupuncture tendino-musculaires. Une approche complémentaire de leur sensibilisation par le toucher, ou par la visualisation est proposée.

Les étirements des méridiens facilitent la récupération des désordres ostéo-tendineux, musculaires ou nerveux sur leurs trajets, servent d'exercices originaux de prévention d'assouplissement et de stretching. Pratiqués plus intensément, ils aident à débloquer les mémoires cellulaires (type fasciathérapie).

#### Théorie

Trajet des méridiens enseignés. Trajets des méridiens tendino-musculaires. Les 6 grands méridiens. Les énergies du Ciel Postérieur, Zong Qi, Wei Qi et Ying Qi. Correspondance des 5 éléments. Q

## **QGEM2 Étirements**

**des méridiens 2 20h**

**Vessie, Rein, Maître Coeur, Triple Réchauffeur, Vésicule Biliaire, Foie**

**Animé par Yves Réquena  
et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 10-12 mars 2023**

**Horaires vendredi 14h30-  
dimanche 12h**

### **Pratique**

Sont enseignés dans ce séminaire les mouvements permettant l'étirement le déblocage, l'amélioration de la circulation des méridiens d'acupuncture tendino-musculaires. Une approche complémentaire de leur sensibilisation par le toucher, ou par la visualisation est proposée.

Les étirements des méridiens facilitent la récupération des désordres ostéo-tendineux, musculaires ou nerveux sur leurs trajets, servent d'exercices originaux de prévention d'assouplissement et de stretching. Pratiqués plus intensément, ils aident à débloquer les mémoires cellulaires (type fasciathérapie).

### **Théorie**

Trajet des méridiens enseignés. Trajets des méridiens tendino-musculaires. Les 6 grands méridiens. Les énergies du Ciel Antérieur, Yuan Qi et Jing Qi. Correspondance des 5 éléments. Q

## **QGANBCV Anatomie et bases du Qi Gong. La colonne vertébrale 20h**

**Animé par Dominique Bouât**

**Lieu Yenne**

**Dates 09-11 juin 2023**

**Horaires vendredi 14h30-  
dimanche 12h**

« Comprendre l'anatomie par le Qi Gong, comprendre le Qi Gong par l'anatomie. » Comment acquérir des mouvements justes et fluides qui facilitent la circulation du Qi. Bases physiques et énergétiques du Qi Gong : enracinement, axe, fluidité, coordination, Shen. Un séminaire annuel dont les thèmes (colonne vertébrale, appareil respiratoire et périnée) sont donnés en alternance. Les professionnels de santé peuvent remplacer ce stage par un autre de leur choix.

## **QGWD1 Wu Dang Yang Sheng Gong : les mouvements du bonheur 35H**

**Animé par Yves Réquena et  
Véronique Austruy**

**Lieu Villers Prayères**

**Dates 9-13 juillet 2023**

**Horaires dimanche 16h -  
jeudi 16h**

L'utilisation d'un trésor de la tradition taoïste, à la fois dans la prévention de la santé et dans la spiritualité.

### **Théorie**

Yang Sheng : nourrir le principe vital, le système corporel en Qi Gong : les énergies, les méridiens, les lieux du corps. Prévention, optimisation, ralentissement du processus de vieillissement. Les 17 signes de supra-santé.



## Pratique

Wu Dang Yang Sheng Gong : 5 positions statiques adaptatives et 15 mouvements étudiés avec leurs indications thérapeutiques et spirituelles. Méditations-respirations : Souffle du Vent, petite circulation céleste

## QGEVAL Évaluations et certification 20h

**Animé par Yves Réquena et l'équipe pédagogique**

**Lieu Villers Prayères**

**Dates 14-17 juillet 2023**

**Horaires vendredi 9h -  
lundi 16h**

Réservé aux élèves en formation.  
Ce stage comprend 3 épreuves :

## Références bibliographiques

### À la découverte du Qi gong,

Yves Réquena, éd. Trédaniel, livre  
+ dvd

### Le Qi Gong des 12 méridiens,

Yves Réquena, éd. Trédaniel, livre  
+ dvd

- 1 examen sur la théorie apprise dans l'année sous forme de QCM,
  - 1 examen de pratique libre 10 mn,
  - 1 examen de mise en situation pédagogique.
- Deux enseignants encadrent ces évaluations et donnent à chacun un retour personnalisé à la fin de ces 4 jours.

## Monitorat de Qi Gong

QGBDJ	<b>Ba Duan Jin</b>	<b>7-9 oct 2022</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGEM1	<b>Étirements des méridiens 1</b>	<b>9-11 déc 2022</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGEM2	<b>Étirements des méridiens 2</b>	<b>10-12 mars 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGANBCV	<b>Anatomie. La colonne vertébrale</b>	<b>9-11 juin 2023</b>	Dominique Bouât	Yenne
QGWD1	<b>Wu Dang Yang Sheng Gong</b>	<b>9-13 juillet 2023</b>	Yves Réquena & l'équipe pédagogique	Villers Prayères
QGEVAL	<b>Évaluations et certification</b>	<b>14-17 juillet 2023</b>	Yves Réquena & l'équipe pédagogique	Villers Prayères

## Module méthodologie et pédagogie

Pour compléter la formation initiale de **professeur de Yang Sheng Qi Gong**, l'IEQG a mis en place la **formation Méthodologie et Pédagogie**.

Ce nouveau module constitué de trois volets est dispensé au long des trois années de formation au professorat à raison d'un volet par an.

L'objectif est de vous donner les outils pour vous épanouir dans votre activité de Qi Gong grâce à une approche professionnelle de l'enseignement. La pédagogie en constitue le socle théorique et la méthodologie en est la partie pratique.

Ces parties théorique et technique seront complétées et concrétisées par les différents intervenants chacun dans leur spécialité au cours de leurs interventions et par le module pédagogie appliqué.

Nous aborderons sur trois ans les différents éléments qui vous permettront de construire et d'animer vos progressions et séances.

### MONITORAT DE QI GONG

Créer ses progressions et ses séances.  
Animer ses séances.

### PROFESSEUR ASSISTANT DE QI GONG

Les bases de la pédagogie.  
L'adulte en apprentissage.  
Bases psychologiques et neurosciences pour la formation.

### PROFESSEUR DE YANG SHENG QI GONG

La gestion des personnalités difficiles.  
Progression et séquence d'animation d'un module de formation.

### Les publics particuliers

Chaque année, vous recevrez le support écrit à étudier chez vous suivi d'une évaluation (souvent sous forme de QCM) des connaissances acquises. La réussite de ce QCM validera la session de l'année.



## Professeur assistant de Yang Sheng Qi Gong

2<sup>e</sup> ANNÉE • 1 AN : 135 H

Niveau complémentaire d'assimilation des techniques d'orientations spécifiques du premier niveau. Ouverture vers les utilisations complémentaires dans le domaine de la santé, de

l'éducation, de la gestion du stress, du développement du bien-être, de l'anti-âge.

Niveau préparatoire au professorat de Yang Sheng Qi Gong®.

### Programme

**QGAA1** Anti-âge 1

**QGAA2** Anti-âge 2

**QGCANMS** Les 4 marches  
de santé

**QGANACV** Anatomie appliquée  
au Qi Gong

**QGSON** Les 6 sons taoïstes

**QGEVAL2** Évaluations

### Les objectifs

- Définir le public accueilli dans son environnement.
- Fixer des objectifs adaptés au groupe.
- Présenter et justifier votre démarche en fonction du public choisi.
- Définir des objectifs pédagogiques.
- Savoir élaborer le déroulement d'une séance de qi gong en cours collectif ou individuel :
- Plan de cours, durée, outils pratiques : les éducatifs > Accueillir le public.
- Savoir et maîtriser plusieurs méthodes et séries de Qi Gong.
- Énumérer les étapes de la séance.
- Adapter la forme pédagogique aux réactions du groupe.
- Gérer le temps.
- Gérer la sécurité.



## Les séminaires

### **QGAA1 Anti-âge 1** **Agilité et Forme 20h**

**Animé par Yves Réquena**  
**et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 13-15 janvier 2023**

**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

#### **Théorie**

Yang Sheng : nourrir le principe vital, le système corporel en Qi Gong : les énergies, les méridiens, les lieux du corps.

Prévention, optimisation, ralentissement du processus de vieillissement.

#### **Pratique**

Auto massages, Qi Gong des 8 pièces de soie, postures statiques adaptatives 1, 2 et 3, marche-équilibre et osmose du corps-milieu extérieur.

### **QGCANMS Les 4 marches** **de santé 20h**

**Animé par Yves Réquena**  
**et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 17-19 février 2023**

**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

Il s'agit de la méthode simplifiée des marches anticancer de Guolin (Xi Xi Hu) mise au point par son disciple Zhang Ming Wu :

- marche du Rein,
- marche du Poumon,
- marche de Rate-Foie,
- marche du Cœur.

Chaque marche a un effet régulateur

sur l'immunité et renforce le système locomoteur, la coordination et la vascularisation du cerveau :

- maladies des cinq organes et leurs déséquilibres,
- indications respectives des quatre marches en médecine chinoise,
- indications dans le soutien des malades qui ont le cancer,
- prévention initiale et prévention des rechutes.

Que peut-on améliorer avec les quatre marches de santé ?

Hypertension, stress, séquelles d'AVC, insomnie, dépression, angoisse, diabète, fibromyalgie, arthralgies, Parkinson, sclérose en plaques, cancer (adjuvant des méthodes classiques), asthme, BNPO, emphysème, hypothyroïdie, insuffisance rénale, lombalgies, sciatiques, polyarthrite.

- ▶ Apprentissage des marches.
- ▶ Stratégie de sélection selon la maladie.
- ▶ Conférence sur l'immunité en médecine chinoise et les moyens de la renforcer.

### **QGAA2 Anti-âge 2** **Ressourcement** **et régénération 20h**

**Animé par Yves Réquena**  
**et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 17-19 mars 2023**

**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

#### **Théorie et pratique**

L'énergie nourricière et l'estomac. Le



Jing et les os. Le Zhong Qi, le poumon et la respiration. Le Shen et la conscience. Prévention et réparation des fonctions articulaires (souplesse, performances physiques, équilibre à la marche, prévention, amélioration des phénomènes arthrosiques et des rhumatismes systémiques.

Amélioration des fonctions digestives d'assimilation, régulation de l'appétit (polyphagie, fringales, obésité, diabète, anorexie, dénutrition). Amélioration des fonctions respiratoires et réhabilitation des insuffisances respiratoires. Amélioration des fonctions cardiaques et réhabilitation des cardiopathies.

### **QGANBCV Anatomie et bases du Qi Gong. La colonne vertébrale**

**Animé par Dominique Bouât**  
**Lieu Yenne**  
**Dates 5-7 mai 2023**  
**Horaires vendredi 14h30- dimanche 12h**

« Comprendre l'anatomie par le Qi Gong, comprendre le Qi Gong par l'anatomie. » Comment acquérir des mouvements justes et fluides qui facilitent la circulation du Qi. Bases physiques et énergétiques du Qi Gong : enracinement, axe, fluidité, coordination, Shen. Un séminaire annuel dont les thèmes (colonne vertébrale, appareil respiratoire et périnée) sont donnés en alternance. Les professionnels de santé peuvent remplacer ce stage par un autre de leur choix.

### **QGSON Les 6 sons taoïstes 20h**

**Animé par Yves Réquena et Véronique Austruy**  
**Lieu Yenne**  
**Dates 9-11 juin 2023**  
**Horaires vendredi 14h30- dimanche 12h**

Qi Gong taoïste pur et traditionnel de l'école de la porte du Dragon, il s'agit d'une série de mouvements intégrant la vibration du son thérapeutique dans chacun des cinq organes et un sixième son pour les harmoniser ensemble grâce aux trois foyers. Ces mouvements s'accompagnent d'une visualisation de la quintessence des cinq éléments. Chaque mouvement peut être enseigné séparément et répété plusieurs fois par jour dans un but thérapeutique.

### **QGEVALS2 Évaluations 20h**

**Animé par Yves Réquena et l'équipe pédagogique**  
**Lieu Villers Prayères**  
**Dates 14-17 juillet 2023**  
**Horaires vendredi 16h - lundi 16h**

Réservé aux élèves en formation. Le stage évaluations de 2<sup>e</sup> année a la même forme que celui de 1<sup>re</sup> année et comprend :

- 1 examen sur la théorie apprise dans l'année sous forme de QCM,
- 1 examen de pratique libre 10 mn,
- 1 examen de mise en situation pédagogique.

Deux enseignants encadrent ces évaluations et donnent à chacun un retour personnalisé à la fin de ces 4 jours.

## Professeur assistant de Yang Sheng Qi gong

QGAA1	<b>Anti-âge 1 Agilité et forme 1</b>	<b>13-15 janvier 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGCANMS	<b>Les 4 marches de santé</b>	<b>17-19 février 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGAA2	<b>Anti-âge 2 Ressourcement et régénération</b>	<b>17-19 mars 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGANACV	<b>Anatomie. La colonne vertébrale</b>	<b>5-7 mai 2023</b>	Dominique Bouât	Yenne
QGS0N	<b>Les 6 sons taoïstes</b>	<b>9-11 juin 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGEVALS2	<b>Évaluations</b>	<b>14-17 juillet 2023</b>	Yves Réquena & l'équipe pédagogique	Villers Prayères



## Professeur de Qi Gong

3<sup>e</sup> ANNÉE • 1 AN : 120 H

Maîtrise technique et pédagogique pour un enseignement adapté à tous publics (enfants, ados, adultes, personnes âgées, malades, artistes, etc.). Ce niveau finalise un accomplissement professionnel et personnel,

réalisant une intégration avancée de l'énergie et de ses applications, résultant de 3 années de pratique intensive et ouvre à la possibilité de présenter le diplôme de professeur de Yang Sheng Qi Gong de l'IEQG

### Programme

**QGAA1 Anti-âge 1**

**QGAA2 Anti-âge 2**

**QGPEDA Pédagogie appliquée  
au Qi Gong**

**QGCANMS Les 4 marches  
de santé**

**QGANACV Anatomie appliquée  
au Qi Gong. La colonne  
vertébrale**

**QGEVALS3 Évaluations**

### Les objectifs

- Définir un objectif général sur plusieurs mois.
- Lister les objectifs intermédiaires et les moyens de les évaluer.
- Lister les éléments facilitants et les éléments freins à la réalisation du projet.
- Évaluer les résultats et les démarches pédagogiques mises en œuvre.
- Rappeler les règles de sécurité liées à toute pratique de ce type de discipline.
- Énumérer les temps qui rythment une action d'enseignement.
- Savoir proposer des modalités des modalités alternatives en cas de difficultés.
- Évaluer les risques possibles en fonction du public.
- Citer les éléments théoriques, psychopédagogiques en lien avec le public choisi.
- Communiquer sur sa démarche globale de pédagogie.
- Évaluer ses propres motivations et leur évolution au cours de ces trois années.
- Savoir créer sa structure pédagogique adaptée à l'enseignement du qi gong en séance hebdomadaire.
- Connaître et savoir appliquer toutes les formes juridiques d'exercice de l'activité Qi Gong (associatif, auto-entrepreneur, prestataire de service).

## Les séminaires

### **QGAA1 Anti-âge 1** **Agilité et Forme 20h**

**Animé par Yves Réquena**  
**et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 13-15 janvier 2023**

**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

#### **Théorie**

Yang Sheng : nourrir le principe vital, le système corporel en Qi Gong : les énergies, les méridiens, les lieux du corps.

Prévention, optimisation, ralentissement du processus de vieillissement.

#### **Pratique**

Auto massages, Qi Gong des 8 pièces de soie, postures statiques adaptatives 1, 2 et 3, marche-équilibre et osmose du corps-milieu extérieur.

### **QGPEDA Pédagogie appliquée** **au Qi Gong**

**Animé par Hélène Zimmermann**  
**et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 27-29 janvier 2023**

**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

Réservé aux élèves en 3<sup>e</sup> année de formation.

Revisiter les Qi Gong acquis au cours des 3 ans d'études, perfectionner la gestuelle et surtout perfectionner la pédagogie et l'art de la transmission.

### **QGCANMS Les 4 marches** **de santé 20h**

**Animé par Yves Réquena**  
**et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 17-19 février 2023**

**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

Il s'agit de la méthode simplifiée des marches anticancer de Guolin (Xi Xi Hu) mise au point par son disciple Zhang Ming Wu :

- marche du Rein,
- marche du Poumon,
- marche de Rate-Foie,
- marche du Cœur.

Chaque marche a un effet régulateur sur l'immunité et renforce le système locomoteur, la coordination et la vascularisation du cerveau :

- maladies des cinq organes et leurs déséquilibres,
- indications respectives des quatre marches en médecine chinoise,
- indications dans le soutien des malades qui ont le cancer,
- prévention initiale et prévention des rechutes.

Que peut-on améliorer avec les quatre marches de santé ?

Hypertension, stress, séquelles d'AVC, insomnie, dépression, angoisse, diabète, fibromyalgie, arthralgies, Parkinson, sclérose en plaques, cancer (adjuvant des méthodes classiques), asthme, BNPO, emphysème, hypothyroïdie, insuffisance rénale, lombalgies, sciatiques, polyarthrite.

- ▶ Apprentissage des marches.
- ▶ Stratégie de sélection selon la maladie.
- ▶ Conférence sur l'immunité en médecine chinoise et les moyens de la renforcer.

## **QGAA2 Anti-âge 2 Ressourcement et régénération 20h**

**Animé par Yves Réquena  
et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 17-19 mars 2023**

**Horaires vendredi 14h30-  
dimanche 12h**

### **Théorie et pratique**

L'énergie nourricière et l'estomac. Le Jing et les os. Le Zhong Qi, le poumon et la respiration. Le Shen et la conscience. Prévention et réparation des fonctions articulaires (souplesse, performances physiques, équilibre à la marche, prévention, amélioration des phénomènes arthrosiques et des rhumatismes systémiques.

Amélioration des fonctions digestives d'assimilation, régulation de l'appétit (polyphagie, fringales, obésité, diabète, anorexie, dénutrition). Amélioration des fonctions respiratoires et réhabilitation des insuffisances respiratoires. Amélioration des fonctions cardiaques et réhabilitation des cardiopathies.

## **QGANAACV Anatomie et bases du Qi Gong. La colonne vertébrale**

**Animé par Dominique Bouât**

**Lieu Yenne**

**Dates 5-7 mai 2023**

**Horaires vendredi 14h30-  
dimanche 12h**

«Comprendre l'anatomie par le Qi Gong, comprendre le Qi Gong par

l'anatomie.» Comment acquérir des mouvements justes et fluides qui facilitent la circulation du Qi. Bases physiques et énergétiques du Qi Gong : enracinement, axe, fluidité, coordination, Shen. Un séminaire annuel dont les thèmes (colonne vertébrale, appareil respiratoire et périnée) sont donnés en alternance. Les professionnels de santé peuvent remplacer ce stage par un autre de leur choix.

## **QGSON Les 6 sons taoïstes 20h**

**Animé par Yves Réquena  
et Véronique Austruy**

**Lieu Yenne**

**Dates 9-11 juin 2023**

**Horaires vendredi 14h30-  
dimanche 12h**

Qi Gong taoïste pur et traditionnel de l'école de la porte du Dragon, il s'agit d'une série de mouvements intégrant la vibration du son thérapeutique dans chacun des cinq organes et un sixième son pour les harmoniser ensemble grâce aux trois foyers. Ces mouvements s'accompagnent d'une visualisation de la quintessence des cinq éléments. Chaque mouvement peut être enseigné séparément et répété plusieurs fois par jour dans un but thérapeutique.

## **QGEVALS3 Évaluations 20h**

**Animé par Yves Réquena  
et l'équipe pédagogique**

**Lieu Villers Prayères**

**Dates 14-17 juillet 2023**

**Horaires vendredi 16h - lundi 16h**

### **Réservé aux élèves en formation.**

Le stage évaluations de 3<sup>e</sup> année a la même forme que celui de 2<sup>e</sup> année et comprend :

- 1 examen sur la théorie apprise dans l'année sous forme de QCM,
- 1 examen de pratique libre 10 mn,
- 1 examen de mise en situation pédagogique.

Deux enseignants encadrent ces évaluations et délivrent le certificat de l'école en cas de réussite.

## **Professeur de Yang Sheng Qi Gong**

QGAA1	<b>Anti-âge1 Agilité et forme 1</b>	<b>13-15 janvier 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGPEDA	<b>Pédagogie appliquée au Qi Gong</b>	<b>27-29 janvier 2023</b>	Véronique Austruy et Hélène Zimmermann	Yenne
QGCANMS	<b>Les 4 marches de santé</b>	<b>17-19 février 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGAA2	<b>Anti-âge 2 Ressourcement et régénération 2</b>	<b>17-19 mars 2023</b>	Yves Réquena et Véronique Austruy	Yenne
QGANACV	<b>Anatomie. La colonne vertébrale</b>	<b>5-7 mai 2023</b>	Dominique Bouât	Yenne
QGE-VALS3	<b>Évaluations</b>	<b>14-17 juillet 2023</b>	Yves Réquena & l'équipe pédagogique	Villers prayères

## Cursus stages libres

Ce cycle est proposé à toutes les personnes qui souhaitent pratiquer sans pour autant s'inscrire dans un cursus de professionnalisation.

Chaque année, ce cursus proposera des enchaînements différents.

Possibilité de venir à un ou plusieurs stages. Ce cycle est ouvert à tous ainsi qu'aux personnes inscrites en Professorat de Qi Gong.

26

FORMATION YANG SHENG QI GONG



QGPOU	<b>Dao Yin du poumon</b>	<b>7-9 octobre 2022</b>	Hélène Zimmermann	Yenne
QGGD2	<b>Wu Dang 2, Qi Gong et méditation</b>	<b>10-13 novembre 2022</b>	Yves Réquena	Vesseaux
QGG02	<b>Grande Ourse niv 2</b>	<b>18-21 mai 2023</b>	Yves Réquena	Vesseaux

## Cursus expert

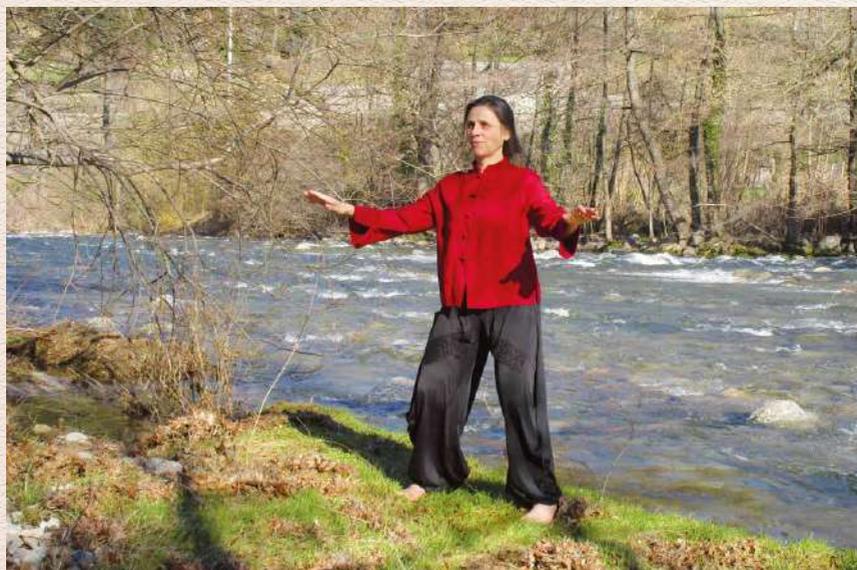
Niveau supérieur de spécialisation, diversification pluridisciplinaire des compétences propres à assurer l'exercice du Yang Sheng Qi Gong®, selon notre définition élargie et adap-

tée au monde contemporain. Ces stages proposent une thématique de réalisation personnelle et professionnelle.

### Les objectifs

- Affinement des fondamentaux de la pratique
- Acquérir l'art de la transmission de ces fondamentaux
- Approfondissement des thèmes spécifiques :
  - l'enracinement,
  - l'axe et l'intention juste,
  - la fluidité,
  - la souplesse.

QGEYS1	<b>Les racines</b>	<b>13-15 janvier 2023</b>	Hélène Zimmermann	Yenne
QGEYS2	<b>L'axe</b>	<b>17-19 mars 2023</b>	Hélène Zimmermann	Yenne
QGEYS3	<b>La fluidité</b>	<b>9-11 juin 2023</b>	Hélène Zimmermann	Yenne



# Formalités d'inscription

## A. Coursus de formation

Les inscriptions aux différents cursus (Qi Gong, Massages énergétiques chinois) de formation professionnelle relèvent du même procédé :

- La demande d'inscription se fait via notre site internet. En premier lieu, le candidat doit y joindre une lettre de motivation. Un entretien téléphonique vient obligatoirement confirmer la demande d'inscription. À la suite de quoi, un devis, et un contrat de formation reprenant tout le détail du cursus sont envoyés. L'inscription devient effective au moment où le candidat renvoie ces documents signés pour accord.
- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de notre politique tarifaire avant

de renvoyer le contrat (consultables sur notre site internet).

- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.
- Les personnes en situation de handicap sont invitées à prendre contact avec Catherine Échard (référente handicap au sein de l'école) direction@iegg.com afin de voir ensemble les modalités d'accueil.
- L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompagnés du règlement d'un acompte de **403 €**.
- Des frais administratifs annuels sont inclus dans le devis.

## B. Stages libres

- L'inscription à un stage donne lieu, de la part de l'IEQG-YS à l'émission d'un devis et d'un contrat sur lequel figure la nature de la formation, son déroulement, le nom des intervenants, la date et le lieu des cours. L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompa-

gnés du règlement d'un acompte de 30%.

- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de notre politique tarifaire avant de renvoyer le contrat.
- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.

## C. Prise en charge OPCO

- L'Institut Européen de Qi Gong est un organisme de formation professionnelle depuis 1990, enregistré auprès de la DIRECCTE de la Préfecture de région Provence-Alpes-Côte-d'Azur sous le numéro 93-13.03757.13. Ce qui signifie que l'Institut Européen de Qi Gong respecte pleinement ses obligations administratives et légales et est donc habilité par l'état à dispenser une formation professionnelle.
- Cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'État.
- Nous sommes à votre disposition pour vous aider à remplir les dossiers de demande de prise en charge auprès de votre OPCO. Il vous appartient de vous renseigner auprès de votre OPCO concernant les documents nécessaires à la demande : devis, convention de formation, calendrier et déroulé pédagogique. Veuillez toutefois à

respecter les délais qui vous sont impartis.

Depuis 2017, nous sommes agréés par Datadock. Cette référence garantit aux financeurs que l'IEQG répond aux exigences de qualité d'enseignement définies par les textes de loi régissant la formation professionnelle.



L'IEQG a obtenu le label QUALIOPI le 23 décembre 2020. L'IEQG, pionnière dans l'enseignement du Qi Gong en France, est à nouveau pionnière dans l'officialisation de la formation professionnelle dans ce domaine et offre aux étudiants la crédibilité du label QUALIOPI.

Ce gage de qualité et de mise en conformité facilite la prise en charge du coût de formation par les organismes financeurs comme l'AFDAS, le FIFPL, l'AGEFICE, l'AGE-

FIPH pour les salariés et indépendants ou Pôle emploi pour les demandeurs d'emploi.

## D. Infos pratiques

• Les stages ont lieu en résidentiel, les frais d'hébergement en pension complète (du dîner du vendredi soir au déjeuner du dimanche) sont en sus. Menus sans gluten végétarien sur demande (remplir la fiche logement jointe au devis). Les stages de l'Institut ont lieu au sein de structures d'hébergement dont vous trouverez les détails dans le dossier d'inscription et sur la page [www.ieqq.com/ieqq-le-centre-de-](http://www.ieqq.com/ieqq-le-centre-de-)

formation/ieqq-nos-lieux-de-formations/

• **NAVETTE** : une navette gratuite est organisée de la gare de LYON PART-DIEU au CLOS des CAPUCINS. Ne pas oublier de cocher la case prévue à cet effet sur la fiche logement.

• Une convocation, reprenant le lieu et horaires de stage, est envoyée à chaque participant une dizaine de jours avant le stage.

## Tarifs

### Cursus Monitorat

135h • 1 890 € (hors frais d'inscription)

### Cursus Professeur assistant

120h • 1 680 € (hors frais d'inscription)

### Cursus Professeur

120h • 1 680 € (hors frais d'inscription)

Au-delà, chaque heure sera facturée 14 €.

Le coût du stage suivi en tant qu'auditeur libre est de : 300 € pour un stage de 20 h, 450 € pour un stage de 30 h, 525 € pour un stage de 35 h.

### Plusieurs choix de modes de règlement

- 3 règlements de 630 €
- acompte de 380 € puis paiement à chaque stage
- par prélèvements mensuels (jusqu'à 12)

merci de se rapprocher de Catherine Échard ([direction@ieqq.com](mailto:direction@ieqq.com))

Pour toute inscription à un cursus de formation, il convient d'établir un chèque de 135 €, au titre de frais administratifs (pour les détails, voir l'onglet Frais administratifs). Les frais sont à régler chaque année.

NB : en vertu de l'article art. 261-44-a, 5<sup>e</sup> alinéa du Code Général des Impôts, nos tarifs sont exonérés de TVA.

### Stages de 20h

Ba Duan Jin, Méridiens 1, Méridiens 2, Anti-âge 1, Anti-âge 2, Psychologie 1, Psychologie 2, Les 6 sons taoïstes, Anatomie appliquée au Qi Gong, Nei Yang Gong, Tonification générale, 6 harmonies, Diététique chinoise 1, Diététique chinoise 2, Cardio-vasculaire, La fille de Jade.

### Stages de 30h

Wu Dang 2, La Grande ourse, Oie sauvage, Éternel printemps.

### Stages de 35h

Wu Dang Yang Sheng Gong, Les Marches anti-cancer de Guolin 1, Les Marches anti-cancer de Guolin 2.

J'accepte que les informations écrites (ou saisies) dans ce formulaire soient utilisées

pour le traitement des adhésions

pour la gestion de la relation entre les adhérents (communication de vos coordonnées, mail, téléphone aux membres de l'IEQG, covoiturage, échange d'informations, etc.)

# L'Institut Européen de Qi Gong

c'est aussi :



**Qi gong de Mme Guolin**



**Tao de la femme**



**Phytothérapie**



**Tuina**

**Xiao er Tuina (tuina pédiatrique)**

**Shiatsu**

# Institut Européen de Qi Gong

FORMATION



TAO DE LA FEMME

**DES FORMATIONS COMPLÈTES ET APPROFONDIES**  
**FORMATIONS PROFESSIONNELLES • SÉMINAIRES LIBRES**



**Intervenante**  
Sonia Rayssiguier



## Cursus Tao de la femme

QGFEM1	<b>Qi gong de la femme de Mme Liu He</b>	<b>17-19 février 2023</b>	Yenne
QGFEM2	<b>Le corps de Jade</b>	<b>21-23 avril 2023</b>	Yenne
QGFEM3	<b>La femme enceinte</b>	<b>2-4 juin 2023</b>	Yenne
QGFEM4	<b>Les âges de la vie</b>	<b>18-22 juillet 2023</b>	Villers Prayères



## Présentation

# Cycle de formation : la femme et le Tao Qi Gong, pratiques énergétiques, taoïsme

Intégrer et vivre l'énergie féminine par une meilleure compréhension des mouvements internes du cycle féminin en abordant des pratiques énergétiques taoïstes mais aussi des enseignements transmis par les ethnomédecines et les cultures anciennes.

Un cycle de 4 stages s'adressant aux femmes de tous les âges qui souhaitent entrer pleinement dans leur

féminité. Ce cursus court sur une année est ouvert à toutes celles qui souhaitent harmoniser leur vie grâce à des pratiques énergétiques et holistiques en lien avec le corps, le souffle et l'esprit.

**Pré-requis** : avoir déjà une pratique régulière de Qi Gong et/ou arts énergétiques.

## Descriptif des stages

### QGFEM1 Le Qi gong de la femme de Mme Liu He

Animé par **Sonia Rayssiguiet**

Dates **17-19 février 2023**

Lieu **Yenne**

Horaires **vendredi 14h30 -  
dimanche 11h45**

#### Pratique

Apprentissage des auto-massages spécifiques de ce Qi Gong très précieux pour harmoniser les cycles menstruels et entrer dans une fluidité de mouvements qui redonnent au corps ancrage et souplesse tout en dynamisant son métabolisme.

**Théorie** :

L'anatomie ostéo-articulaire de l'axe crano sacré, et son importance dans les mouvements de Qi Gong et de pratiques énergétiques. Les principaux organes et méridiens liés au cycle féminin d'un point de vue Médecine Traditionnelle Chinoise.

### QGFEM2 Le Qi gong du Corps de Jade (2 jours)

Animé par **Sonia Rayssiguiet**

Dates **21-23 avril 2023**

Lieu **Yenne**

Horaires **vendredi 14h30 -  
dimanche 11h45**

#### Pratique

Le jade symbolise l'âme, l'esprit, le cœur ou le noyau de l'être. Ce très joli Qi Gong met la priorité sur l'ouverture du cœur et l'axe shao-yin dans sa dimension physiologique, énergétique et symbolique.

#### Théorie

La gynécologie d'un point de vue taoïste. (partie 1: **pathologies** aménorrhée, syndromes prémenstruels, vide de sang du foie)



### QGFEM3 Le Qi gong de la femme enceinte (2 jours)

Animé par **Sonia Rayssiguer**

Dates **2-4 juin 2023**

Lieu **Yenne**

Horaires **vendredi 14h30 -  
dimanche 11h45**

Une pratique qui nous fait entrer dans notre yin, tout en douceur et en visualisation. Ce Qi Gong nous enseigne l'art de se connecter avec notre profondeur et la force de vie qui accompagne la procréation mais aussi les processus créatifs de manière globale. Il touche toutes les femmes quel que soit leur âge car il permet de prendre conscience et de développer le rôle de passeuse de vie qui est le nôtre. Comme tous les Qi Gong, c'est une porte d'entrée vers la guérison de nos blessures. Il nous permettra d'explorer notre relation avec notre ventre, notre utérus et l'intime de nous-même.

#### Théorie

La gynécologie d'un point de vue taoïste (partie 2 : **enseignement de mise en pratique**).



### QGFEM4 Les âges de la vie (5 jours)

Animé par **Sonia Rayssiguer**

Dates **18-22 juillet 2023**

Lieu **Villers Prayères**

Horaires **mardi 15h - samedi 15h**

Les Cycles et périodes de vie de la femme d'un point de vue taoïste et à travers différentes visions et différentes cultures :

- Rencontrer les archétypes féminins et le féminin sacré .
- Transformer nos blessures en force de vie et de créativité.
- Danser sa vie: faire le chemin vers soi et revisiter notre parcours de vie (de l'enfant intérieur à la femme solaire... Puberté, maternité, ménopause).
- Explorer les ressentis de notre corps de femme par des exercices d'éducation somatique: conscience du corps en mouvement, libération des densités et des blocages pour plus de fluidité et de souplesse, valorisation de ce que l'on pourrait nommer « les vertus du féminin » et créer notre « Mandala personnel de transformation ».

- Faire le point sur la formation et réviser les pratiques de l'année.  
NB : ce séminaire est à considérer comme une retraite, un temps de partage entre femmes au cours duquel nous aborderons les thèmes suggérés à travers le vivre ensemble et l'intelligence collective.



## Formalités d'inscription

### A. Coursus de formation

Les inscriptions aux différents cursus (Qi Gong, Massages énergétiques chinois) de formation professionnelle relèvent du même procédé :

- La demande d'inscription se fait via notre site internet. En premier lieu, le candidat doit y joindre une lettre de motivation. Un entretien téléphonique vient obligatoirement confirmer la demande d'inscription. À la suite de quoi, un devis, et un contrat de formation reprenant tout le détail du cursus sont envoyés. L'inscription devient effective au moment où le candidat renvoie ces documents signés pour accord.
- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de notre politique tarifaire avant

de renvoyer le contrat (consultables sur notre site internet).

- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.
- Les personnes en situation de handicap sont invitées à prendre contact avec Catherine Échard (référente handicap au sein de l'école) [direction@ieqq.com](mailto:direction@ieqq.com) afin de voir ensemble les modalités d'accueil.
- L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompagnés du règlement d'un acompte de **390 €**.
- Des frais administratifs annuels sont inclus dans le devis.

### B. Prise en charge OPCO

- L'Institut Européen de Qi Gong est un organisme de formation professionnelle depuis 1990, enregistré auprès de la DIRECCTE de la Préfecture de région Provence-Alpes-Côte-d'Azur sous le numéro 93-13.03757.13. Ce qui signifie que l'Institut Européen de Qi Gong respecte pleinement ses obligations administratives et légales et est donc habilité par l'état à dispenser une formation professionnelle.
- Cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'État.
- Nous sommes à votre disposition pour vous aider à remplir les dossiers de demande de prise en charge auprès de votre OPCO. Il vous appartient de vous renseigner auprès de votre OPCO concernant les documents nécessaires à la demande : devis, convention de formation, calendrier et déroulé pédagogique.

gique. Veuillez toutefois à respecter les délais qui vous sont impartis.



Depuis 2017, nous sommes agréés par Datadock. Cette référence garantit aux financeurs que l'IEQG répond aux exigences de qualité d'enseignement définies par les textes de loi régissant la formation professionnelle.



L'IEQG a obtenu le label QUALIOPi le 23 décembre 2020. L'IEQG, pionnière dans l'enseignement du Qi Gong en France, est à nouveau pionnière dans l'officialisation de la formation professionnelle dans ce domaine et offre aux étudiants la crédibilité du label QUALIOPi.

Ce gage de qualité et de mise en conformité facilite la prise en charge du coût de formation par les organismes financeurs comme l'AFDAS, le FIFPL, l'AGE-

FICE, l'AGEFIPH pour les salariés et indépendants ou Pôle emploi pour les demandeurs d'emploi.

### C. Infos pratiques

- Les stages ont lieu en résidentiel, les frais d'hébergement en pension complète (du dîner du vendredi soir au déjeuner du dimanche) sont en sus. Menus sans gluten végétarien sur demande (remplir la fiche logement jointe au devis). Les stages de l'Institut ont lieu au sein de structures d'hébergement dont vous trouverez les détails dans le dossier d'inscription et sur la page [www.iegg.com/iegg-le-centre-de-formation/iegg-nos-lieux-de-formationen/](http://www.iegg.com/iegg-le-centre-de-formation/iegg-nos-lieux-de-formationen/)

- **NAVETTE** : une navette gratuite est organisée de la gare de LYON PART-DIEU au CLOS des CAPUCINS. Ne pas oublier de cocher la case prévue à cet effet sur la fiche logement.

- Une convocation, reprenant le lieu et horaires de stage, est envoyée à chaque participant une dizaine de jours avant le stage.

## Tarifs

### Cursus

95h • 1 425 euros (hors frais d'inscription)

### Plusieurs choix de modes de règlement

- 3 règlements de 475 €
- acompte de 390 € puis paiement à chaque stage
- par prélèvements mensuels (jusqu'à 12)

merci de se rapprocher de Catherine Échard ([direction@iegg.com](mailto:direction@iegg.com))

Pour toute inscription à un cursus de formation, il convient d'établir un chèque de 135 €, au titre de frais administratifs (pour les détails, voir l'onglet Frais administratifs). Les frais sont à régler chaque année.

NB : en vertu de l'article art. 261-44-a, 5<sup>e</sup> alinéa du Code Général des Impôts, nos tarifs sont exonérés de TVA.



J'accepte que les informations écrites (ou saisies) dans ce formulaire soient utilisées

pour le traitement des adhésions

pour la gestion de la relation entre les adhérents (communication de vos coordonnées, mail, téléphone aux membres de l'IEQG, covoiturage, échange d'informations, etc.)

# L'Institut Européen de Qi Gong

c'est aussi :



**Formation Qi gong**



**Qi gong de Mme Guolin**



**Phytothérapie**



**Tuina**

**Tuina pédiatrique Xiao er Tuina**

**Shiatsu**

# Institut Européen de Qi Gong

FORMATION



MASSAGES  
ÉNERGÉTIQUES  
CHINOIS

**NOUVEAU!**  
**3<sup>e</sup> ANNÉE**

**DES FORMATIONS COMPLÈTES ET APPROFONDIES**  
**FORMATIONS PROFESSIONNELLES • SÉMINAIRES LIBRES**



**Intervenant**  
Sylvie Chagnon



## Massages énergétiques chinois - Tuina

MCGI 20h	<b>Massage énergétique chinois / métal</b>	<b>7-9 octobre 2022</b>	Yenne
MCVED 20h	<b>Massage énergétique chinois / eau</b>	<b>9-11 décembre 2022</b>	Yenne
MCESD 20h	<b>Massage énergétique chinois / terre</b>	<b>10-12 mars 2023</b>	Yenne
MCVBD 20h	<b>Massage énergétique chinois / bois</b>	<b>5-7 mai 2023</b>	Yenne
MCIGR 35h	<b>Massage énergétique chinois / feu</b>	<b>9-13 juillet 2023</b>	Villers Prayères
MCDIA 20h	<b>Massage énergétique chinois / diagnostic</b>	<b>14-16 juillet 2023</b>	Villers Prayères

## Massages énergétiques chinois - Tuina

Apparu il y a plus de 2 000 ans, le Massage Énergétique Chinois, ou Tuina, a évolué avec toujours le même objectif central : le soin à la personne.

Des médecins aux pieds nus marchant de village en village, aux hôpitaux, aux massages dans la rue, aux cabinets privés, aux centres d'esthétiques, aux salons de coiffure, on croise le massage et la digitopuncture où que l'on aille en Chine. Il fait partie du quotidien comme un moyen de mieux vivre, d'équilibrer le corps, le cœur, l'âme mais aussi de soigner les pathologies, de la plus bénigne à la plus grave.

Cette formation sur deux ans se répartit en cinq modules par an, un module par élément/organe/entraille de la Médecine Traditionnelle Chinoise : le Métal, l'Eau, la Terre, le Bois, le Feu.

Dans chaque module, l'élève s'initie à la théorie de cet élément, étudie deux trajets de méridiens et leurs points principaux et pratique deux protocoles de massage pour ré-harmoniser l'organe ou l'entraille en souffrance énergétique. L'accent est mis sur la pratique du massage, le "faire", le "sentir", le "ressentir subtil".

Au fil de l'année, l'élève découvre les nombreuses techniques Tuina de massage chinois : Qingmofa (l'effleurage), Tuifa (la pression-poussée), Mofa (le mouvement circulaire doux), Roufa (le pétrissage circulaire), Gunfa (le roulé profond), Nafa (le pétrissage,

Qixingzhuafa (la saisie-soulever-main-tenir), Xiao guitifa (la pression-retournée le long des vertèbres), Zhenfa, Chanfa, (les vibrations), Goufa (le contour de l'os), Bashenfa (les étirements et tractions), Yaofa (la rotation articulaire), Doufa (la vibration des membres), Niefa (le pincement-décollement), Niejifa (le rouleau), Tanbuofa (le grattement de la corde de guitare), Cuofa (le frottement entre les mains), Cafu (le frottement vigoureux), Limaifa (le drainage des méridiens d'acupuncture), Anfa et Yafa (les pressions), Dianfa (la pression fixe sur point d'acupuncture, technique de tonification ou de dispersion), Yizhichan (les pressions en mouvement sur les points d'acupuncture), Koufa, Jifa, Paifa (les percussions), Tanfa (la pichenette), Hefa (l'harmonisation), la globalisation... et les méthodes associées : Baganfa (les ventouses), Juifa (la moxibustion, Moxa), technique du feu, Guasha (le racler en corne ou en jade), Qixingzhen (le marteau « fleur de prunier »).

Pour l'élève, la sollicitation est grande car elle demande une implication vraie dans des domaines variés (le corps, le Qi, la pensée, qualité de présence, la conscience, l'énergie mais aussi le savoir, le comprendre subtil...) Il part pour un grand voyage au cœur de lui-même et tourné vers l'autre...



## La formatrice

**SYLVIE CHAGON** a été éducatrice auprès d'enfants autistes et de jeunes en difficulté. Elle exerce professionnellement le Qi Gong et le Massage Énergétique Chinois depuis plus de 20 ans. Elle est titulaire d'un Diplôme Universitaire d'Études des Pratiques Sociales (DUEPS, mémoire final « Du corps objet au corps sujet »), de deux diplômes de Massage et Qi Gong délivrés par les hôpitaux « AnMo YiYuan » et « ZhongRe YouHao YiYuan » suite à

un séjour de 3 années à Pékin.

Elle assure des cursus de formation en MEC à l'Académie Wang à Toulouse, l'Institut Européen de Qi Gong et Yang Sheng, Le Fil à Soi à Bordeaux et Moissac, Planet Qi Gong à Montréal-Canada.

Elle exerce en cabinet privé à Bordeaux. Elle est l'auteur de *Wu, Manuel de massage énergétique chinois*, éditions Trédaniel, 2012.

## Les objectifs des compétences acquises

► Approfondir les fondements de la Médecine Chinoise (MTC) avec introduction de notions sur les 8 merveilleux vaisseaux et les 6 entrailles curieuses.

► Affiner la théorie du diagnostic avec une deuxième étape abordant les Entrailles Yang.

► Réviser les techniques de massage étudiées la 1<sup>re</sup> année et prendre de l'assurance dans l'utilisation de celles-ci.

► Introduire l'utilisation des ventouses fixes et glissées (théorie et pratique).

► Introduire l'utilisation des diverses formes de moxibustion (théorie et pratique).

► Étudier les 6 Entrailles Fu en théorie: le Gros Intestin, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques.

► La Vessie, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques/L'Estomac, son fonctionnement sain et ses déséquilibres

énergétiques/La Vésicule Biliaire, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques/L'Intestin grêle et le Triple Réchauffeur, leurs fonctionnements sains et leurs déséquilibres énergétiques.

► Découvrir corporellement les 6 méridiens d'acupuncture correspondant à ces 6 Entrailles et localiser leurs points principaux.

► Apprendre chaque 2 mois, un nouveau protocole de massage correspond à la nouvelle Entraille Fu étudiée.

► Consolider l'utilisation de l'entretien-questionnaire afin d'établir un diagnostic énergétique chinois précis.

► Affiner l'observation de la langue et la lecture des signes de déséquilibres énergétiques qu'elle indique.

► Développer un ressenti de plus en plus subtil dans la palpation des pouls.

► Pratiquer des entretiens-questionnaires sur plusieurs personnes afin de déterminer les déséquilibres énergétiques et savoir les résoudre.



## Les séminaires • 2<sup>e</sup> année 2022-2023

### **MCGI Massage Énergétique** **Chinois : Métal 20h**

Le gros intestin : relance du transit intestinal

**Animé par Sylvie Chagnon**

**Dates 7-9 octobre 2022**

**Lieu Yenne**

**Horaires vendredi 14h30 -  
dimanche 12h**

### **LE GROS INTESTIN**

#### **Théorie**

Fonctions du Gros Intestin en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant le Gros Intestin, anatomie de l'abdomen.

#### **Pratique**

Techniques de massage Tuina des membres supérieurs, massage du ventre, nettoyage des angles coliques, déblocage de la valve iléo-cæcale, points principaux du méridien du Gros Intestin.

Traitement par le massage de la constipation et de la diarrhée.

### **MCVED Massage Énergétique** **Chinois : Eau 20h**

La vessie : nettoyage et équilibrage des organes par le point Shu

**Animé par Sylvie Chagnon**

**Dates 9-11 décembre 2022**

**Lieu Yenne**

**Horaires vendredi 14h30 -  
dimanche 12h**

### **LA VESSIE**

#### **Théorie**

Fonctions de la Vessie en énergétique chinoise, tableau pathologique courant concernant la Vessie (cystite), apprentissage des repères pour localiser les vertèbres, découverte des points Shu du dos. Diagnostic par le Guasha.

#### **Pratique**

Techniques de massage Tuina sur le dos en son entier, les membres inférieurs, les pieds, massage de la face postérieure, points principaux du méridien Vessie et des points Shu, traitement par le massage de la lombalgie et de la cystite.

### **MCESD Massage Énergétique** **Chinois : Terre 20h**

L'estomac : stimulation de la fonction de descente de l'estomac

**Animé par Sylvie Chagnon**

**Dates 10-12 mars 2023**

**Lieu Yenne**

**Horaires vendredi 14h30 -  
dimanche 12h**

### **L'ESTOMAC**

#### **Théorie**

Fonctions de l'Estomac en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant l'Estomac, Feu d'Estomac (brûlures, ulcères), Vide de Qi, de Yin (douleurs gastriques).



## Pratique

Techniques de massage Tuina sur le visage, le thorax, l'abdomen, les jambes, les pieds et le dos/nettoyage-drainage de la face antérieure en son entier, points principaux du méridien Estomac

Son thérapeutique, traitement par le massage des diverses formes de gastralgie.

## MCVBDI Massage Énergétique Chinois : Bois 20h

La vésicule biliaire : purification des boues, infusion de la force de décision

Animé par **Sylvie Chagnon**

Dates **5-7 mai 2023**

Lieu **Yenne**

Horaires **vendredi 14h30 - dimanche 12h**

## LA VÉSICULE BILIAIRE

### Théorie

Fonctions de la Vésicule Biliaire en énergétique chinoise/tableaux pathologiques courants concernant la Vésicule Biliaire (VB), la fonction sacrée de la VB.

### Pratique

Techniques de massage Tuina sur la face latérale de la tête aux pieds, points principaux du méridien vb. Déblocage-nettoyage des boues de la vb par clarification de l'Humidité-Chaleur, comment oser vivre sa vie.

## MCIGR Massage Énergétique Chinois : Feu 35h

L'intestin grêle : nettoyage des émotions-déblocage mécanique de l'épaule / le Triple réchauffeur / Harmonisation entre les 3 chaudrons énergétiques

Animé par **Sylvie Chagnon**

Dates **9-13 juillet 2023**

Lieu **Villers Prayères**

Horaires **15h-16h**

Révisions et examen fin de première année + Le Cœur et Maître Cœur – Apaisement du mental, de l'âme + Diagnostic

## L'INTESTIN GRÊLE

### Théorie

Fonctions de l'Intestin Grêle en énergétique chinoise/tableau pathologique courant concernant l'Intestin Grêle (nouure douloureuse)/apprentissage des repères pour localiser le trajet du méridien qui est alambiqué.

### Pratique

Techniques de massage Tuina sur le cou, les épaules, les membres supérieurs, le dos et le ventre  
Points principaux de l'Intestin grêle, travail de déblocage mécanique de l'épaule, libération du ventre noué par les émotions, du Feu interne.

## LE TRIPLE RÉCHAUFFEUR

### Théorie

Fonctions du Triple Réchauffeur (tr) en énergétique chinoise,- étude des huit merveilleux vaisseaux



## Pratique

Techniques de massage Tuina sur le corps entier dans le but de ré-harmoniser les énergies entre elles de haut en bas et de bas en haut, utilisation des ventouses glissées.

## MCDIA Diagnostic 20h

Animé par **Sylvie Chagnon**

Dates **14-16 juillet 2023**

Lieu **Villers Prayères**

Horaires **9h-16h**

## Le Diagnostic

L'observation (visage, corps, étude de la langue), l'entretien, la palpation des pouls, l'élaboration d'un diagnostic, étude de cas cliniques, l'examen clinique en entier, accueil de patients à soigner par massage.



## Les objectifs des compétences acquises

- ▶ Apprivoiser les fondements de la Médecine Chinoise (MTC) et les notions de Yin - Yang.
- ▶ Étudier le fonctionnement du corps humain d'après la MTC. Les cycles des 5 éléments (cycle d'engendrement – cycle de contrôle). Les Organes Zang et Entrailles Fu.
- ▶ Aborder le diagnostic énergétique chinois. Les causes des maladies en MTC (externes, internes). Le diagnostic selon les 8 règles.
- ▶ Étudier les 6 Organes Zang: le Poumon, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques; le Rein, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques ; la Rate, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques; le Foie, son fonctionnement sain et ses déséquilibres énergétiques; le Cœur et le Péricarde, leurs fonctionnements sains et leurs déséquilibres énergétiques.
- ▶ Pratiquer les diverses techniques manuelles de Tuina: les techniques d'appui (Tuifa, Fentui, Hetui, Xiaotui, Mofa, Roufa, Gunfa); les techniques de soulever-tirer-décoller (Nafa, Niefa, Niejifa, Gufa, Qixingzhuafa); les techniques d'étirement (Bashenfa); les techniques de vibration (Zhenfa, Chanfa, Tanbuofa, Shuaifa, Doufa); les techniques de frottement (Cafa).
- ▶ Apprendre à bien positionner son corps, utiliser ses hanches, son axe et masser sans se faire mal.
- ▶ Connaître les contre-indications au massage.
- ▶ Progresser dans la connaissance de son propre schéma corporel.
- ▶ Préciser et affiner l'application des techniques, gagner en fluidité.
- ▶ Apprendre tous les 2 mois, un nouveau protocole de massage correspond à l'Organe Zang étudié.
- ▶ Commencer à aborder le diagnostic énergétique chinois en théorie.
- ▶ Observer la langue et savoir lire les signes de déséquilibres énergétiques.
- ▶ Avancer doucement dans la palpation du pouls et développer un resenti.
- ▶ Commencer à savoir comment donner des conseils d'hygiène de vie, de posture, de respiration.



### **MCPOU Massage Énergétique Chinois: Métal - poumon 20h**

#### **LE POUMON**

##### **Théorie**

L'élément Métal, fonctions du Poumon en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant le Poumon, agression par Vent-Chaleur ou Vent-Froid (rhume, asthme, pneumonie...), Vide de Qi Poumon (essoufflement, tristesse...)

##### **Pratique**

Techniques de massage Tuina du visage, gorge, thorax et des membres supérieurs, comment aider la personne à prendre conscience de sa respiration, trajet et drainage du méridien Poumon, points principaux du méridien Poumon, son thérapeutique, traitement par le massage de deux tableaux pathologiques courants du Poumon, utilisation des moxas et des ventouses pour les pathologies d'invasions externes.

### **MCREI Massage Énergétique Chinois: Eau - rein 20h**

#### **LE REIN**

##### **Théorie**

L'élément Eau, fonctions du Rein en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant le Rein, Vide de Yin (énerve ment, insomnie, sueurs nocturnes...), Vide de Yang (fatigue, troubles sexuels, œdèmes des membres inférieurs).

##### **Pratique**

Techniques de massage Tuina des pieds, jambes, bas ventre et zone lombaire, comment remonter l'énergie globale de la personne, comment traiter les problèmes de bas du dos, trajet et drainage du méridien Rein, points principaux du méridien Rein, son thérapeutique, traitement par le massage de deux tableaux pathologiques courants du Rein; utilisation des moxas sur tranche de gingembre ou Miso.

### **MCRAT Massage Énergétique Chinois: Terre 20h**

#### **LA RATE**

##### **Théorie**

L'élément Terre, fonctions de la Rate en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant la Rate, Vide de Qi, Vide de Yang (dépression...), accumulation d'humidité (lourdeur, cellulite...), conseils alimentaires.

##### **Pratique**

Techniques de massage Tuina des pieds, du ventre jusqu'au visage et du dos, comment remonter l'énergie et le pétillant de la personne, comment chasser la lourdeur physique et psychologique, trajet et drainage du méridien Rate, points principaux du méridien Rate, son thérapeutique, traitement par le massage des tableaux pathologiques les plus courants de la Rate, utilisation des ventouses glissées et du moxa sur gros sel ou cataplasme argile.

## **MCFOI Massage Énergétique** **Chinois : Bois 20h**

### **LE FOIE**

Détoxification du Foie (+ ventouses glissées), déblocage des émotions + Diagnostic

### **Théorie**

L'élément Bois, fonctions du Foie en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant le Foie, stagnation de Qi, Feu (migraines ophtalmiques, humeur instable, syndromes prémenstruels...), Vide de Sang, de Yin (insomnie, fatigue et irritabilité...).

### **Pratique**

Techniques de massage Tuina du visage, gorge, thorax, ventre et membres inférieurs, pompage-nettoyage du Foie, son thérapeutique libérateur, traitement par le massage du tableau pathologique courant du Foie, utilisation des ventouses glissées.

## **MCMC Massage Énergétique** **Chinois : Feu 35h**

Révisions et examen fin de première année + Le Cœur et Maître Cœur  
Apaisement du mental, de l'âme + Diagnostic

### **LE CŒUR ET MAÎTRE CŒUR**

### **Théorie**

L'élément Feu, fonctions du Cœur et Maître du Cœur en énergétique chinoise, tableaux pathologiques courants concernant le Cœur, Vide de Qi (manque de joie de vivre...), Vide de Yang (oppression de la poitrine...), Vide

de Sang (palpitations...), Vide de Yin (insomnies...), Feu du Cœur (agitation mentale, manies...).

### **Pratique**

Techniques de massage Tuina du visage, crâne, thorax, membres supérieurs, ventre, membres inférieurs et dos, comment apaiser la personne, lui redonner la joie, trajet et drainage des méridiens Cœur et Maître du Cœur, points principaux des méridiens, son thérapeutique, traitement par le massage des tableaux pathologiques courants du Cœur.

## **MCFEM Massage Énergétique** **pour les femmes 20h**

**La femme, 3 étapes de vie...  
des massages adaptés**

Les syndromes prémenstruels-dysménorrhée-aménorrhée-ménorragie/ le déroulement de la grossesse vu par la médecine chinoise, mois après mois, lune après lune/les différents déséquilibres énergétiques entraînant des troubles lors de la ménopause / Durant chacune de ces journées, 4h sont réservées au temps de massage... Masser et être massé(e).

Ce stage est ouvert aussi bien aux femmes qu'aux hommes.





## Massages énergétiques chinois - Tuina

MCPOU 20h	<b>Massage énergétique chinois / Métal</b>	<b>à venir</b>	Yenne
MCREI 20h	<b>Massage énergétique chinois / Eau</b>	<b>à venir</b>	Yenne
MCRAT 20h	<b>Massage énergétique chinois / Terre</b>	<b>à venir</b>	Yenne
MCFOI 20h	<b>Massage énergétique chinois / Bois</b>	<b>à venir</b>	Yenne
MCMC 35h	<b>Massage énergétique chinois / Feu</b>	<b>à venir</b>	Villers Prayères
MCFEM 20h	<b>Massage énergétique pour les femmes</b>	<b>à venir</b>	Villers Prayères

## Tuina pédiatrique - Xiao er Tuina



<b>Tuina pédiatrique</b>	<b>13-15 janvier 2023</b>	Corinne Ho Ba Dam
<b>Tuina pédiatrique</b>	<b>2-4 juin 2023</b>	Corinne Ho Ba Dam

## Shiatsu



<b>Cycle féminin et fertilité</b>	<b>17-19 février 2023</b>	Suzanne Yates
<b>Shiatsu post-natal</b>	<b>21-23 avril 2023</b>	Suzanne Yates

## Nouveau 3<sup>e</sup> année Tuina

### Formation Tuina pédiatrique - Xiao er Tuina

**Corinne Ho Ba Dam** est diplômée de l'hôpital traditionnel de Tianjin en Chine en 2007, elle a exercé la médecine chinoise dans le dispensaire de la Malaysian Buddhist Association en Malaisie et l'acupuncture à l'hôpital de Tianjin (Chine).

Elle a étudié plus particulièrement avec Qiao Jian Jun, docteur en médecine traditionnelle chinoise à l'hôpital de Jinan, réputé pour soigner et guérir les enfants par massage qu'on appelle Xiao er Tuina ou Tuina pédiatrique. Qiao Jian Jun est l'auteur de plusieurs ouvrages en Tuina pédiatrique en chinois, épuisés à l'heure actuelle, où elle partage son expérience et ses connaissances.

Par la suite, elle a travaillé à l'orphelinat de Baan Kaew et au Child care center à Chiang Mai en Thaïlande afin de soigner les enfants et enseigner, aux femmes qui s'occupent d'eux, les massages les plus courants.

Praticienne depuis 2009 en France, elle enrichit sa pratique en se formant régulièrement auprès d'experts (moxibustion japonaise, ontake...). Elle étudie continuellement les textes classiques fondamentaux (Shang Han Lun, Jing Kui Yao Lue...)



### Introduction

Malgré l'importance de la pédiatrie, très peu de praticiens soignent des enfants en dessous de 5 ans.

Sans vouloir tous être des pédiatres, la majorité des acupuncteurs comme les médecins généralistes devraient pouvoir prendre les petits.

En effet, les cabinets ne reçoivent en général à peine 5 % de demandes mais cela pourrait augmenter drastiquement si le Tuina pédiatrique était plus connu et la majorité des praticiens formés. Évitant ainsi que les pathologies s'ancrent et deviennent par la suite difficiles à traiter.

Nous verrons que la pédiatrie a ses spécificités : au niveau du diagnostic (physiologie, interrogatoire biaisé...), de l'approche et de la réactivité au traitement.

Nous étudierons plus particulièrement le Xiao er Tui na, propre à la pédiatrie, composé de techniques de massages simples, son efficacité et ses limites.

### La formation

Les enfants ont beaucoup moins d'histoire que les adultes, les syndromes sont généralement moins complexes bien qu'ils se complexifient avec la vie actuelle (valeurs compétitives de l'école aux parents, alimentation industrialisée, pollution, écrans...)

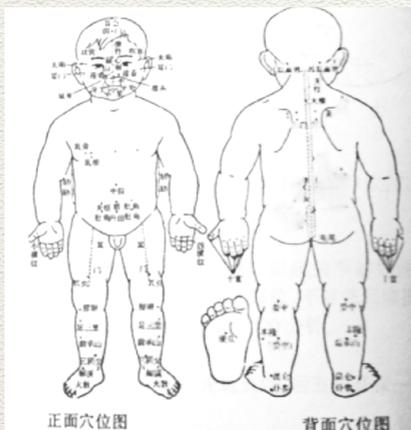
## Programme

2 stages en 2 week-ends

**Animé par Corinne Ho Ba Dam**  
**Dates 13-15 janvier 2023**  
**Lieu Clos des Capucins - Yenne**  
**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

**Animé par Corinne Ho Ba Dam**  
**Dates 2-4 juin 2023**  
**Lieu Clos des Capucins - Yenne**  
**Horaires vendredi 14h30 -**  
**dimanche 12h**

- Les spécificités des 4 temps de l'examen chez l'enfant.
- Points et zones de massage en Xiao Tuina.
- Les déséquilibres chez l'enfant.
- Études de cas réels.



© pexels-polina-tanikievitch

## Shiatsu

**Suzanne Yates** est une thérapeute (massage et shiatsu), enseignante, chercheuse et innovatrice de renommée internationale. Auteur de publications (*Pregnancy and Childbirth, Shiatsu pour la grossesse, Merveilleuse Naissance*) et experte dans le domaine du shiatsu et du massage pré et postnatal, elle enseigne depuis plus de 30 ans à des médecins, des sages-femmes, des thérapeutes shiatsu et des praticiens du massage à travailler avec les mères et les bébés.

Sa passion est de combiner les connaissances traditionnelles et modernes pour mieux comprendre notre corps.

Au cours de ces deux stages vous allez apprendre des nouvelles techniques de shiatsu que vous pouvez intégrer dans votre travail. L'approche de la maternité de Wellmother vous per-



mettra d'intégrer les 8 méridiens curieux (Du, Ren Chong et Dai, Qiao et Wei) dans votre pratique. Nous évoquerons votre perception personnelle de la maternité et apprendrons quelques exercices à faire soi-même et avec vos patientes.

- Les techniques de base de shiatsu avec option de travailler sur sol ou table: postures du praticien (hara, mains) utilisation de la pression, main Mère/ main active, sensibilisation au vide et au plein d'énergie, étirements, travail entre les points, bercements).
- Théorie et importance des 8 méridiens curieux pendant la période de la maternité.
- Les exercices liés aux méridiens curieux.
- Travail pratique sur les 8 Vaisseaux.
- Exercices et visualisations pour le praticien, et à mettre en pratique avec les patients.

## Shiatsu - Cycle féminin et fertilité

De nombreuses femmes se tournent vers le shiatsu pour un accompagnement à la fertilité. Nous étudierons les énergies du cycle menstruel afin de travailler au cours de chacune de ses phases pour encourager la fertilité naturelle.

- Compréhension orientale du cycle menstruel

- Anatomie et physiologie liées au cycle menstruel – approche pratique et ludique
- Perception et connexion avec son propre cycle
- Soutien du cycle à travers le shiatsu, la respiration, la méditation, les exercices

## Shiatsu post-natal - Soutenir le lien enfant maman

Souvent l'attention se porte sur le massage pour le bébé, mais la maman a aussi besoin. Nous étudierons comment travailler avec le couple maman-bébé, comment intégrer le bébé dans le traitement pour la maman et comment enseigner à la mère donner du shiatsu à son bébé.

- Compréhension orientale de la période postnatale pour la maman et pour le bébé pendant sa première année.

- Anatomie et physiologie pertinente aux changements postnatals de la mère et le bébé durant cette 1<sup>re</sup> année d'une façon engageante et pratique.

- Comment travailler avec la mère dans la période tôt et tardive postnatale, aussi le soutien de l'allaitement et les premiers exercices sur les

abdominaux.

- Comment travailler après une césarienne avec les cicatrices.

- Comment travailler avec le bébé en accompagnant ses différents mouvements.

- Comment enseigner une session de shiatsu pour bébé avec l'accent sur le soutien du lien de la mère et de son bébé: conditions comme les difficultés d'allaitement, l'adaptation émotionnelle, la liaison aux parents, la respiration et le soutien du développement.

- Des exercices adaptés pour maman et bébé.

- Explorer par l'expérience les modes de mouvement du bébé.



### Programme

#### Cycle féminin et fertilité

**Animé par Suzanne Yates**

**Dates 17-19 février 2023**

**Lieu Clos des Capucins - Yenne**

**Horaires vendredi 14h30 -**

**dimanche 12h**

#### Shiatsu post-natal

**Animé par Suzanne Yates**

**Dates 21-23 avril 2023**

**Lieu Clos des Capucins - Yenne**

**Horaires vendredi 14h30 -**

**dimanche 12h**



## Formalités d'inscription

### A. Coursus de formation

Les inscriptions aux différents cursus (Qi Gong, Massages énergétiques chinois) de formation professionnelle relèvent du même procédé :

- La demande d'inscription se fait via notre site internet. En premier lieu, le candidat doit y joindre une lettre de motivation. Un entretien téléphonique vient obligatoirement confirmer la demande d'inscription. À la suite de quoi, un devis, et un contrat de formation reprenant tout le détail du cursus sont envoyés. L'inscription devient effective au moment où le candidat renvoie ces documents signés pour accord.
- Nous vous demandons de prendre connaissance du règlement intérieur de l'IEQG et de notre politique tarifaire avant

de renvoyer le contrat (consultables sur notre site internet).

- Cette procédure d'inscription engage donc la responsabilité contractuelle du stagiaire.
- Les personnes en situation de handicap sont invitées à prendre contact avec Catherine Échard (référente handicap au sein de l'école) [direction@ieqg.com](mailto:direction@ieqg.com) afin de voir ensemble les modalités d'accueil.
- L'inscription devient effective lorsque le stagiaire retourne devis et contrat dûment signés pour accord à l'IEQG-YS, accompagnés du règlement d'un acompte de **380 €**.
- Des frais administratifs annuels sont inclus dans le devis.

### B. Prise en charge OPCO

- L'Institut Européen de Qi Gong est un organisme de formation professionnelle depuis 1990, enregistré auprès de la DIRECCTE de la Préfecture de région Provence-Alpes-Côte-d'Azur sous le numéro 93-13.03757.13. Ce qui signifie que l'Institut Européen de Qi Gong respecte pleinement ses obligations administratives et légales et est donc habilité par l'état à dispenser une formation professionnelle.
- Cet enregistrement ne vaut pas agrément par l'État.
- Nous sommes à votre disposition pour vous aider à remplir les dossiers de demande de prise en charge auprès de votre OPCO. Il vous appartient de vous renseigner auprès de votre OPCO concernant les documents nécessaires à la demande : devis, convention de formation, calendrier et déroulé pédagogique.

gique. Veuillez toutefois à respecter les délais qui vous sont impartis.



Depuis 2017, nous sommes agréés par Datadock. Cette référence garantit aux financeurs que l'IEQG répond aux exigences de qualité d'enseignement définies par les textes de loi régissant la formation professionnelle.



L'IEQG a obtenu le label QUALIOPi le 23 décembre 2020. L'IEQG, pionnière dans l'enseignement du Qi Gong en France, est à nouveau pionnière dans l'officialisation de la formation professionnelle dans ce domaine et offre aux étudiants la crédibilité du label QUALIOPi.

Ce gage de qualité et de mise en conformité facilite la prise en charge du coût de formation par les organismes financeurs comme l'AFDAS, le FIFPL, l'AGE-

FICE, l'AGEFIPH pour les salariés et indépendants ou Pôle emploi pour les demandeurs d'emploi.

### C. Infos pratiques

- Les stages ont lieu en résidentiel, les frais d'hébergement en pension complète (du dîner du vendredi soir au déjeuner du dimanche) sont en sus. Menus sans gluten végétarien sur demande (remplir la fiche logement jointe au devis). Les stages de l'Institut ont lieu au sein de structures d'hébergement dont vous trouverez les détails dans le dossier d'inscription et sur la page [www.iegg.com/iegg-le-centre-de-formation/iegg-nos-lieux-de-formationen/](http://www.iegg.com/iegg-le-centre-de-formation/iegg-nos-lieux-de-formationen/)

- **NAVETTE** : une navette gratuite est organisée de la gare de LYON PART-DIEU au CLOS des CAPUCINS. Ne pas oublier de cocher la case prévue à cet effet sur la fiche logement.

- Une convocation, reprenant le lieu et horaires de stage, est envoyée à chaque participant une dizaine de jours avant le stage.

## Tarifs

### Cursus

135h • 1 890 € (hors frais d'inscription)

### Plusieurs choix de modes de règlement

- 3 règlements de 630 €
- acompte de 380 € puis paiement à chaque stage
- par prélèvements mensuels (jusqu'à 12)

merci de se rapprocher de Catherine Échard ([direction@iegg.com](mailto:direction@iegg.com))

Pour toute inscription à un cursus de formation, il convient d'établir un chèque de 135 €, au titre de frais administratifs (pour les détails, voir l'onglet Frais administratifs). Les frais sont à régler chaque année.

NB : en vertu de l'article art. 261-44-a, 5° alinéa du Code Général des Impôts, nos tarifs sont exonérés de TVA.

J'accepte que les informations écrites (ou saisies) dans ce formulaire soient utilisées

pour le traitement des adhésions

pour la gestion de la relation entre les adhérents (communication de vos coordonnées, mail, téléphone aux membres de l'IEQG, covoiturage, échange d'informations, etc.)



# L'Institut Européen de Qi Gong

c'est aussi :



**Formation Qi gong**



**Qi gong de Mme Guolin**



**Tao de la femme**



**Phytothérapie**

