

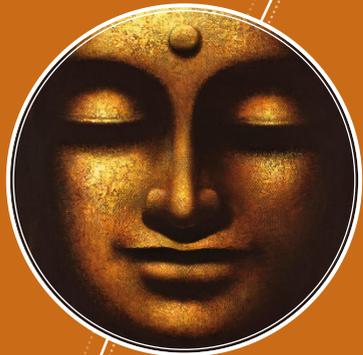
BROQUET PASCAL

www.taichi-verviers.be

QUI SUIS-JE?

Je pratique le Tai Chi Chuan et le Qi Gong depuis 22 ans.

- > FSA Formation supérieure d'acupuncture à Paris (Philippe Sionneau)
- > maîtrise en Qi Gong thérapeutique (Marcel Delcroix Asbl Qi Gong Belgique)
- > formation à plusieurs techniques de massages et de gymnastique taoïste (Mantak Chia...)
- > formation à diverses techniques de développement personnel
- > formation en aromathérapie (Pranarôm)



MON OPTIQUE

Je souhaite aider chaque personne à comprendre qu'au-delà de la technique d'apprentissage se trouve un autre monde: celui du plaisir de pratiquer ensemble, en groupe, afin d'atteindre le ressenti nouveau et agréable d'un corps et d'un mental libérés.

HORAIRE DES COURS

LUNDI

18h30-19h25 : TAÏ CHI : 24 POSTURES DÉBUTANTS
19h30-20h25 : QI GONG DÉBUTANTS (ANNÉE 1)
20h30-21h25 : RELAXATION-RESPIRATION-MÉDITATION

MARDI

18h30-19h25 : TAÏ CHI : 24 POSTURES AVANCÉS
19h30-20h25 : TAÏ CHI : 108 POSTURES

JEUDI

18h30-19h25 : QI GONG AVANCÉS (ANNÉE 2 & 3)
19h30-20h25 : QI GONG TECHNIQUES SPÉCIALES (ANNÉE 4 & +)
20h30-21h25 : TAÏ CHI : 24 POSTURES DÉBUTANTS

TAI CHI CHUAN
Art du Chi

QI GONG
Thérapeutique

Relaxation
Méditation
Respiration

2 PREMIERS ESSAIS GRATUITS
RENTÉE LE LUNDI 12 SEPTEMBRE

PRIX

270€ PAR AN PAR COURS

N° DE COMPTE : BE86 0013 7807 4350
BIC : GEBABEBB

DIVERSES RÉDUCTIONS EXISTENT : PARTICIPATION À PLUSIEURS COURS, COUPLES.
N'HÉSITEZ PAS À VOUS RENSEIGNER.

LIEU

ECOLE DU CENTRE À VERVIERS (entrée place du marché)

BROQUET PASCAL

www.taichi-verviers.be
info@taichi-verviers.be
0496 664 777

0496 664 777 www.taichi-verviers.be

TAI CHI CHUAN

Le Taï Chi Chuan propose un enchaînement de mouvements ronds, fluides et lents destinés à relaxer les muscles du corps et le mental. La pratique régulière du Taï Chi permet de découvrir quelles sont nos tensions et comment les faire disparaître. L'apprentissage d'une respiration correcte est essentiel dans cette recherche. C'est aussi grâce à elle que l'énergie bloquée coulera à nouveau plus librement.

Par la prise de conscience du fonctionnement de son corps, le pratiquant retrouvera son pouvoir de guérison et avancera inévitablement vers une meilleure santé physique et mentale. La régularité de la pratique est une des conditions nécessaires pour atteindre une vie plus harmonieuse et plus consciente. Trois niveaux sont proposés, permettant une progression sur plusieurs années pour qui le souhaite. La transition vers un "niveau" supérieur se fait après au moins 2 années de pratique débutants.



SOINS ENERGETIQUES

Je vous reçois sur rendez-vous pour des séances de soins énergétiques.

Après un bilan énergétique conforme aux règles de la médecine traditionnelle chinoise (questionnement, prise des pouls, langues) un protocole de soins sera établi qui pourra comprendre de nombreuses techniques (massages, acupuncture, tonification, dispersion, digipuncture, moxibution, sons, diététique chinoise., étirements des méridiens..).

Cabinets à Polleur ou Liège - 0496/664.777

QI GONG

Conscience, mouvement, respiration, détente. Voilà en termes simples les points importants que nous allons découvrir dans la pratique du Qi Gong.

Par l'exécution de mouvements lents et doux, nous apprendrons à détendre le corps et l'esprit.

A contrario du Taï Chi Chuan, le Qi Gong propose des exercices séquencés, individuels faciles d'approche.

La régularité de la pratique permettra à l'élève d'entrer de plus en plus profondément dans son ressenti. Ceci lui donnera ainsi la possibilité de se libérer de son stress, de ses tensions corporelles et émotionnelles. Trois niveaux sont proposés (débutants, avancés et pratiques de techniques avancées (à partir de 4 ans de pratique).

Le Qi Gong est utilisé en Orient à des fins médicales dans les hopitaux avec d'excellents résultats. Il est gage d'efficacité.

RELAXATION-RESPIRATION MEDITATION

Ce cours a pour but de vous apporter les outils nécessaires à la pratique de la relaxation, de la respiration, de la méditation et du travail énergétique. Il vous permettra d'apprendre comment se relaxer, respirer correctement, mobiliser et faire circuler son énergie, pourquoi et comment méditer, comment rester serein face aux difficultés de la vie quotidienne, prendre du recul, finalement comment gérer son stress, ses émotions en pleine conscience.

Par de multiples exercices et recherches judicieusement agencées et pratiquées, vous disposerez d'un outil complet qui va agir sur votre physique, votre mental et vos émotions avec un bénéfice certain.

STAGES BIEN-ÊTRE

Tout au long de l'année vous seront proposés de nombreux stages ouverts à tous. Vous y découvrirez des techniques simples et très puissantes permettant de prendre sa santé en main et de l'améliorer.

(Qi Gong amaigrissant, pour le mal de dos, les sons de guérison, le Chi Nei Tsang, Qi Gong et cancer...)

Consultez régulièrement notre site :

www.taichi-verviers.be

