

LES QI GONG PROPOSES

Ci-dessous vous trouverez un résumé des différents Qi Gong que nous avons eu la chance d'apprendre de nos Maîtres et Professeurs. Aujourd'hui, nous aimons partager ces méthodes en fonction des thématiques proposées, ou dans le cadre d'un apprentissage complet et en profondeur. Des méthodes plus courtes, plus spécifiques (pour libérer les souffles) agrémentent nos formations.

Afin d'opérer une distinction, et des repères, elles peuvent se définir selon 3 grands thèmes :

- ✚ **L'ensemble complet du DAYAN Qi GONG (QG des Oies Sauvages), transmis par Maître CHEN Chuan Gang & le Docteur HU Bingku**

LE DAYAN GONG

1. DAYAN QI GONG DE L'OIE SAUVAGE - (15 méthodes)

Nous enseignons les méthodes de base d'abord, avant d'aborder les séries les plus avancées

Cliquez sur le lien pour plus de détails

<http://www.qigong-energies-emergences.com/wp-content/uploads/2018/10/Histoire-du-Dayan-QG-SITE.pdf>

Qi Gong transmis par Grand Master CHEN CHUAN GANG & le Dr BINGKUN HU

Qi Gong médical, le système de Qi Gong de l'Oie Sauvage (Dayan Qi Gong) est issue d'une lignée très ancienne (27^{ème} : YANG Mei Jun dépositaire de la lignée & notre maître Grand MASTER CHEN Chuan Gang 28^{ème} dépositaire), et son successeur depuis peu CHEN ZI.

Avec ces 15 méthodes, très fluides, spiralés qui mettent en mouvement l'ensemble du corps et le conduire dans un profond relâchement.

Ces expressions en mouvements, d'une rare beauté chorégraphique, assouplissent en profondeur la structure corporelle. La circulation des souffles énergétiques devient fluide et puissante. La respiration plus douce & plus fine concentre les nombreux bienfaits apportés par ces exercices régénérant qui se pratique dans la joie pour conserver une santé durable.