

**Le Conseil d'administration de l'Union Pro Qi Gong FEQGAE vous propose un stage de Qi Gong EE Tong avec REN QUAN DE venu de Chine  
Samedi 30 juin et dimanche 1er juillet 2018  
À Malakoff (Paris-Porte de Vanves)**

Le programme de ce stage co-organisé avec l'Association QI GONG EE TONG est une pratique autour du mouvement de base du Qi Gong EE Tong créé par Maître REN QUAN DE

**Disciple de grands maîtres wushu depuis sa sixième année, REN QUAN DE représente la septième lignée wushu Tangping Hui de Ningxia, une province autonome de la République Populaire de Chine, située dans le centre nord, sur la route de la soie.**

**Il crée alors tant les fondements théoriques du Qi Gong EE Tong que la technique, imprégnés des Hui et de la santé traditionnelle millénaire chinoise.**

**Le stage le 30 juin et 1<sup>er</sup> juillet 2018 portera sur la pratique du Qi Gong EE Tong de base avec ses sept techniques, mouvement élémentaire et exercice de contrôle du Qi interne :**

Position debout

Les sept techniques de conduite du *Qi interne*

Préliminaire. Relaxer. *Fang Song*.

1) Ajuster le *Qi* depuis le haut de la tête. *Shun Ding Li Qi*.

2) Ouvrir le corps au bien être du *Qi*. *Zhan Ti Shu Qi*.

3) Dynamiser le *Qi* dans l'ensemble corps. *Zhou Ti Huo Qi*.

4) Nourrir le *Dantian* et préserver le *Qi*. *Huai Zhong Yang Qi*.

5) Ramasser le *Qi* et lever les mains. *Ju Shou Chao Qi*.

6) Soulever les talons pour élever le *Qi*. *Ba Gen Ti Qi*.

7) Quatre séquences amenant à installer la méditation en position debout du « poteau-guide »  
*Si Bu Dao Yin Zhan Zhuang Gong*.

Clôture. Relaxer. *Fang Song*.

Très gentiment Anne Hong sera l'interprète de Maître REN du chinois vers le français.

☞ Le nombre de participants sera de 15 à 20 maximum.

☞ Lieu : 35, avenue Pierre Larousse, 92240 Malakoff. Métro station "Malakoff Plateau de Vanves" Ligne n°13 direction Châtillon-Montrouge. Bus 58 et 95 et Tram 3 station "Porte de Vanves".

☞ Nombreux hôtels à proximité (liste sur demande au secrétariat.)

☞ Horaires : samedi 30 juin 2018 de 12h à 19h et dimanche 1<sup>er</sup> juillet 2018 de 9h à 17h.

☞ Repas libres, nombreuses possibilités de restauration aux alentours.

**Pour tous renseignements contactez le secrétariat Tel. 04 42 93 34 31 mail : [feqgae@free.fr](mailto:feqgae@free.fr).**



Voir l'ouvrage "L'Art du Qi Gong EE Tong" de Maître REN QUAN DE : Les sept techniques debout du Qi interne, technique assise méditation dite « du tabouret », technique dynamique : serpent, dragon, tigre ; nombreuses photos, graphiques, DVD. Le Courrier du Livre Editions Guy Trédaniel.

Avec Maître REN Quan De, l'association Qi Gong EE Tong France organise un stage en résidentiel, en Alsace à 68470 Mitzach du dimanche 8 au 13 juillet 2018.

Association QI GONG EE TONG France, 15 avenue du Président Wilson - 75116 Paris - France  
Tel : 06 65 44 51 24 - info@qigongeeetong.fr - http://qigongeeetong.fr

## Prix et conditions de réservation Le stage n'est pas en résidentiel

**Le montant demandé pour les deux jours de stage est de :**

**.150 € pour les membres de l'Union Pro Qi Gong FEQGAE**

**.170 € pour les stagiaires venant de fédérations sportives, associations...**

**Une inscription à un stage vous (et nous) engage ! Veuillez bien prendre note de ce qui suit :**

1. ANNULATION : deux mois avant la date du stage, il sera retenu 20 % du montant de votre règlement, plus tard, il sera retenu 50% mais si vous nous prévenez au plus tard 48h00 avant le stage, nous essaierons de trouver un(e) remplaçant(e), si c'est possible vous aurez toutefois à régler 20% de compensation. En cas d'absence pour cause de force majeure il vous sera demandé un certificat médical ou autre document attestant de votre incapacité à participer au stage.
2. Si le nombre d'inscrits au stage est de moins de 12 personnes un mois avant, celui-ci sera annulé et les chèques de réservation retournés aux personnes inscrites.
3. Votre inscription sera effective à réception de votre règlement à l'ordre de "FEQGAE Union Pro Qi Gong" adressé au secrétariat FEQGAE Union Pro Qi Gong, L'Estérel A, 43 av Paul Cézanne 13090 AIX EN PROVENCE accompagné du bulletin d'inscription. Vous recevrez une confirmation par mail avec les renseignements utiles (adresse précise, plan d'accès, etc.).

**Coupon à retourner au secrétariat FEQGAE "Union Pro Qi Gong"  
L'Estérel Bât A, 43 av Paul Cézanne, 13090 AIX EN PROVENCE  
en joignant votre règlement par chèque  
à l'ordre de "FEQGAE "Union Pro Qi Gong"**

**JE M'INSCRIS AU STAGE : Qi Gong EE Tong avec REN QUAN DE**

Le samedi 30 juin 2018 de 12h à 19h et dimanche 1<sup>er</sup> juillet 2018 de 9h à 17h.

Montant demandé et annulation : voir "Prix et conditions de réservation" ci-dessus

**Nom et prénom :** .....

**Date de naissance :** .....

**Je suis membre de la FEQGAE "Union Pro Qi Gong"**

**Je suis membre d'une fédération sportive, association...**

Dans ce cas j'envoie mon CV et parcours dans le Qi Gong au secrétariat par mail feqgae@free.fr

**Tél :(portable si possible) .....**

**Mail : .....**

**Adresse: .....**

.....

.....