

Qi Gong

Art énergétique chinois

Le Qi Gong, en stimulant le fonctionnement organique, vise à l'harmonisation du corps et de l'esprit et à l'élaboration, au plus profond de nous-mêmes, d'un équilibre subtil entre santé et mieux-être.

Le Qi Gong mobilise l'énergie qui anime le corps pour tonifier sa vitalité et harmonise les systèmes organiques pour fluidifier le souffle vital qui les traverse. Qi Gong (prononcez « tchi kong ») associe deux idéogrammes chinois signifiant « souffle, énergie » (Qi) et « oeuvre, travail » (Gong). L'ensemble des exercices que l'on désigne par Qi Gong couvre aussi bien le « travail de l'énergie » que la « mise en oeuvre des souffles » ce qui revient au même, selon le point de vue chinois.

Tai Ji Quan

Art martial chinois interne

Tai Ji Quan (prononcez « taille-chi tchuan ») : ces trois caractères signifient mot à mot : « boxe (Quan) du principe suprême Yin-Yang » : Tai Ji étant le nom du dessin où deux « gouttes » noire et blanche s'entrelacent pour évoquer le couple dynamique du Yin et du Yang.

Ainsi se trouve bien résumé l'objectif de ce magnifique art physique : harmoniser les techniques du travail énergétique avec l'efficacité des arts martiaux.

La logique des mouvements est celle des techniques de combat, mais leur manifestation est celle de l'énergie interne du corps.

À la rapidité, indispensable en situation de confrontation, est substituée une lenteur, gage de concentration et de rencontre harmonieuse avec soi-même.

La beauté du Tai Ji Quan est une des manifestations les plus évidentes du bien-être que procure sa pratique au fil des ans.

精
氣
神

l'essence
le souffle
l'esprit



Association T2C

Cours de

Qi Gong

Les Saisons
Mawangdui

Ba Duan Jin (8 pièces Brocarts)
Automassages

Tai Chi Chuan

Style Yang, famille Tung

Cours et ateliers à Paris
dans le 20^{ème} - 13^{ème} et 7^{ème}

Professeurs Dominique et Didier
Membres de l'Union Pro Qi Gong FEQGAE
Partenaires du réseau France Qi Gong

06 11 67 08 20 / 06 16 93 57 71
t-2c@orange.fr

Cours de

Qi Gong

Les Saisons, Mawangdui

8 pièces Brocarts, Automassages

lundi

19h30 à 20h30

Centre Eukolia

24, rue de la Chine Paris 20^{ème}

M° Gambetta (ligne 3)

Bus 60, 61, 64, 69, 26

mardi

12h à 13h30

Centre Eukolia

24, rue de la Chine Paris 20^{ème}

mercredi

10h à 11h

Espace Couleurs Brazil

20, rue du Borrégo Paris 20^{ème}

jeudi

19h à 20h30

Centre Eukolia

24, rue de la Chine Paris 20^{ème}

Cours de

Tai Chi Chuan

Style Yang - Famille Tung

dimanche

10h30 à 12h

Espace Couleurs Brazil

20, rue du Borrégo Paris 20^{ème}

Débutants / Intermédiaires

Autres cours / autres lieux

Sté. Caisse des Dépôts

Personnes extérieures à la société autorisées

Nous consulter

Qi Gong

mercredi

18h30 à 20h

Paris 7^{ème} (67, rue de Lille)

vendredi

18h à 19h30

Paris 13^{ème} (2, avenue Pierre Mendès France)

Tarifs Par centre

Centre Eukolia

24, rue de la Chine Paris 20^{ème}

Cours adultes 1h

350 € l'année - 13 € à l'unité

Cours adultes 1h30

475 € l'année - 16 € à l'unité

Espace Couleurs Brazil

20, rue du Borrégo Paris 20^{ème}

Cours adultes 1h

350 € l'année - 13 € à l'unité

Cours adultes 1h30

370 € l'année - 15 € à l'unité

Adhésion T2C

15 €/an

Facilités de paiement à l'année