

Catherine Engels pratique le Qi Gong depuis 1996 et enseigne depuis septembre 2007

Est diplômée en 2007 du Quimétao par Me Liu Jan, docteur en cardiologie et Médecine Traditionnelle Chinoise.

Est titulaire du diplôme de la Fédération des Enseignants de Qi Gong et des Arts Energétiques.  
(F.E.Q.G.A.E. Union Pro Qi Gong)

Est titulaire du P.S.C niveau 1

A suivi de nombreuses stages de formation par des enseignants et maîtres reconnus (plus de 40)



## STAGE DE QI GONG DANS LE JURA Du 22 JUILLET AU 29 JUILLET 2018



Venez prendre un bon bol d'air dans les montagnes du Jura et profitez de ce séjour pour découvrir, **le Qi Gong** au « **Chalet de la Haute-Joux** » à Cerniébaud

**Catherine Engels** vous proposera des séances intégrées à votre séjour

**« cocktail loisirs ».**

Parmi la multitude de Qi Gong qui existent, Catherine vous proposera pour la saison de l'été : « **le Qi Gong du cœur** », associé au mouvement du Feu. Cette méthode composée de 8 exercices apaise le cœur, favorise l'ouverture du cœur et de l'Esprit, renforce le cœur et l'appareil circulatoire.

Postures statiques, différents exercices et méditations seront aussi proposés pour notre cœur, mais aussi pour notre Esprit, puisqu'il est dit que le cœur abrite la conscience et l'Esprit.

*Pour s'inscrire s'adresser directement au « Chalet de la Haute-Joux » sur le site :*

<http://www.chaletdelahautejoux.com/contact-acces.htm>

Tél : 03 84 51 10 39

**Pas de supplément par rapport aux différents tarifs indiqués pour la pratique du Qi Gong.**

Pour plus de renseignements concernant le Qi Gong s'adresser à Catherine Engels

catengels59@gmail.com

Tél : 06 27 34 76 27