

## INFOS PRATIQUES

### Samedi 10 avril

De 14h00 à 17h00

### Dimanche 11 avril

de 9h30 à 12h00 puis de 14h00 à 17h00

### Lieu :

Foyer St Joseph  
50 rue de la République  
HOENHEIM

### Possibilités de restauration :

nombreux petits restaurants à proximité du lieu du stage

### Tarif

70 € si vous êtes membre de Ginkgo  
80 € pour les non membres  
À l'ordre de GINKGO si payement par chèque

### Divers

Plus d'informations avec les plans d'accès sur le site de GINKGO

[www.ginkgo-asso.org](http://www.ginkgo-asso.org)

ou

**03 88 83 04 48**

## GINKGO ASSOCIATION QI GONG – TAIJI

L'Association Ginkgo a été créée en 1994 dans le but de réunir les pratiquants d'Arts énergétiques internes Chinois tels que le Taiji Quan et le Qi Gong afin de leur permettre d'étudier et de pratiquer ces disciplines conformément à leurs esprits originaux.

Ses moyens d'action sont des cours réguliers hebdomadaires, des stages dirigés par ses enseignants ou des maîtres Chinois ou Français, des voyages d'étude en Chine et des sorties et autres manifestations conviviales.

Elle est inscrite au registre du tribunal d'instance de Schiltigheim Vol XX n° 996



16, rue de Spesbourg  
67800 HOENHEIM  
03 88 83 04 48

E-mail : [info@ginkgo-asso.org](mailto:info@ginkgo-asso.org)

Site : [www.ginkgo-asso.org](http://www.ginkgo-asso.org)

## Stage de Qi Gong

# Nei Yang Gong

## 1<sup>er</sup> méthode

Qi Gong pour nourrir l'intérieur

Stage animé par  
Mme Wang Yan li  
envoyée par l'association  
"Les Temps du Corps"

les 10 et 11 avril 2010



Association Ginkgo  
Qi Gong – Taiji

membre de la  
Fédération de Qi Gong et Arts Énergétiques

03 88 83 04 48  
E-mail : [info@ginkgo-asso.org](mailto:info@ginkgo-asso.org)  
Site : [www.ginkgo-asso.org](http://www.ginkgo-asso.org)

## BULLETIN D'INSCRIPTION

Je m'inscris au stage de Nei Yang Gong  
des 10 et 11 avril 2010

Nom :

Prénom :

Adresse :

CP :

Ville :

Tél :

Mail :

Je règle par :  chèque à l'ordre de GINKGO  
 espèces

Si vous êtes membre d'un club de Qi Gong,  
merci d'indiquer son nom :

Envoyer ce bulletin avec votre règlement à :

**Ginkgo Association**  
**16, rue de Spesbourg**  
**67800 HOENHEIM**

## NEI YANG GONG

1<sup>er</sup> méthode

*Qi Gong pour nourrir l'intérieur*

**Le Nei Yang Gong** est une méthode complète qui comporte plusieurs niveaux. Elle a été élaborée en Chine dans les années 1950 par le professeur LIU Gui Zhen, fondateur du premier centre de Qi Gong médical dépendant du ministère de la Santé à Beidaihe.



Le Nei Yang Gong comprend deux méthodes dynamiques. Chacune comporte douze mouvements en deux parties de 6 mouvements et constitue le premier niveau du travail énergétique, accessible à tous, débutants ou pratiquants réguliers. Les méthodes dynamiques forment un excellent travail énergétique. Assez intenses sur le plan physique, elles sont également utilisées dans le travail interne de l'énergie. Le Nei Yang Gong convient parfaitement à ceux qui veulent entretenir leur corps, leur santé et renforcer leur énergie. Le Nei Yang Gong peut aussi préparer à la pratique des arts martiaux chinois (Tai Ji ou Kung Fu).

## Mme Wang Yan Li

Formée par madame Liu Ya Fei et madame Ke Wen depuis plus de 10 ans, madame Wang Yan Li est assistante à l'école de formation « Les temps du Corps » à Paris depuis 3 ans.

Elle accompagne régulièrement les groupes qui vont parfaire leurs formations en Chine.

C'est grâce au programme de diffusion du Qi Gong en France des Temps du Corps que nous pouvons bénéficier de sa présence.



[www.tempsducorps.asso.fr](http://www.tempsducorps.asso.fr) - [www.federationqigong.com](http://www.federationqigong.com)