

Second volet d'une série spéciale **L.M.A. (La Mobilité Articulaire)** **ciblant les articulations majeures du corps.**

Chaque participant, en fonction de son propre niveau et quelque soit son expérience, pourra bénéficier de ce que nous a, depuis quelques milliers d'années, légué la Tradition du Qi Gong.

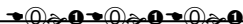
Une étape de plus pour
restaurer, consolider et raffiner son l'INTEGRITE

La force motrice de cette thématique s'inscrit dans la perspective de recouvrer à terme notre latitude innée.

**'Le chi comme baume apaisant
pour la plus délicate des articulations'**

L'objectif de ce stage est double :

1. Superviser la maintenance de son réseau articulaire
2. En préparer la résonance sur tous les autres niveaux plus subtils



LA VIE DAO

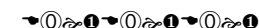
WE LMA :
Les Genoux



Les 4 & 5 mai 2024
Nantes & Zoom

Erwann Le Moigne contact@laviedao.com

+33 6 64 54 67 68 ou +34 930 040 198



➤ **Présentiel** : Groupe scolaire la Perverie, 63 rue de la Perverie 44300 Nantes

ou chez toi, dans le confort de ton salon ou de ta zone de Pratique 👍

Seul(e) ou en compagnie d'autres Praticants de Hua Gong 😊

➤ **Horaires** :

- cours de 09h30 à 17h30
- boost énergétique samedi de 17h45 à 18h45

➤ **Distanciel** : le lien Zoom sera communiqué la veille pour le lendemain

➤ **Tarif** : Cours : 260 € (facilités de paiement)

Boost énergétique : 40 €

➤ **Modalités d'inscription** :

Je fais un transfert de 80 € à : La Vida O Partner's SL

Calle Freixa 41, 2^o-1^a ; 08021 Barcelona

Caixa Bank :

IBAN ES 61 2100 0814 0702 0105 9903

BIC : CAIXESBBXXX

➤ **Enseignant** :

Représentant en France de Maître Zhixing Wang pour la pratique du Dao Hua Qi Gong, Erwann Le Moigne (Diplômé FEQGAE, Sport pour Tous) assure le cours en s'appuyant sur l'expérience accumulée au travers de plus de 30 années d'enseignement en Europe occidentale.

www.laviedao.com

Le programme

1. Les résonances des genoux

- Les pieds, les hanches
- Le cœur
- le cerveau

2. Effets directs attendus

- gain d'endurance
- optimisation de la motricité
- souplesse générale

3. Effets indirects escomptés

- prévention dégénérescence cérébrale
- protection sphère cardiaque
- facilitation du transfert ABS

4. BE : liquide synovial pour la mobilité des rotules