

Atelier d'initiation exceptionnel au Guolin Qigong par Christophe Cadène

Le Guolin Qigong a été créé par Maître Guolin en 1970, une artiste peintre chinoise pour lutter contre son cancer en s'appuyant sur ces connaissances du Qigong et sa propre expérience.

Depuis **des milliers de personnes pratiquent le Guolin Qigong partout dans le monde**. Cette méthode constitue la principale pratique proposée dans des Hôpitaux en Chine tel qu'à Pékin ou Hong Kong pour les patients au cours de leur récupération.

A l'occasion de la sortie de l'exceptionnel ouvrage « **Qi gong et cancer** » du **Dr Yves Réquena et Christophe Cadène***, l'association Un Pas Pour La Santé organise les 18 et 19 décembre 2021 à Gallardon (28) une présentation pratique du Guolin Qi gong par l'auteur Christophe Cadène.

Au programme :

- **Pratique de 2 marches de la méthode de Guolin, « la marche naturelle » et une forme de « marche rapide »**
- **Histoire du Guolin Qigong, son créateur et sa méthode**
- **Exercices de grande relaxation par l'harmonisation des 3 champs de Cinabre.**



*La méthode de Mme Guolin comportent différentes marches anti-cancer (Xi-Xi-Hu), des techniques de relaxation spécifiques, les exercices du bâtonnet de main et du rouleau de pied, des techniques appropriées de massage, ainsi que les techniques originales de travail des sons thérapeutiques. Tout est exposé dans **cet ouvrage exclusif en langue française fruit de 10 années d'études et voyages auprès des détenteurs actuels du Guolin Qi gong par l'animateur de la journée, Christophe Cadène.**

Dates : 18 et 19 décembre 2021 (début 14h30 le samedi, fin 13h le dimanche).

Frais de participation : 65 euros (dont 15 euros d'adhésion à Un Pas Pour La Santé)

Lieu : Dojo de Gallardon (navettes gratuites à partir de Chartres, Rambouillet et Epernon)

Liste d'hébergements sur demande : unaspourlasante@gmail.com



l'énergie du mieux vivre
est en action

Association pour la promotion
des activités psycho-corporelles
en faveur des patients
en affection longue durée

Une collaboration des associations
Un Pas Pour La Santé et l'association locale La
Voie du Bien Etre.

Places limitées ; inscriptions sur
www.unaspourlasante.fr/?p=2060