

Notre actualité HIVER 2020

Tous nos meilleurs vœux de bonne santé pour 2020



Fête du Nouvel an chinois

samedi 25/01/2020

Année du Rat du Métal

Nous vous invitons à venir nous rejoindre pour fêter le Nouvel An Chinois 2020 tous ensemble à la salle polyvalente de Ménétréol à partir de 19 heures.
(avec participation)

Un moment convivial, de partage, de joie et de rencontres des adhérents de l'association Tao Shu.

Clôture des inscriptions au 10/01/2020



Qi Gong thérapeutique des 6 sons

et méditation du sourire des 5 organes

dimanche 16/02/2020 à

Chamalières avec Patricia

accessible à tous

(minimum 12 pers. - maximum 20 pers.)

Le principe de ce Qi Gong consiste à prononcer des sons et à utiliser la respiration associée à des gestes appropriés pour rééquilibrer sur le plan énergétique les principaux organes du corps humain. Cette pratique peut être effectuée à titre préventif ou encore servir de base solide afin de favoriser le retour à la santé.

Clôture des inscriptions au 30/01/2020

Stage Qi Gong des Yeux
à Ménérol avec Marie

le 14 et 15/03/2020

accessible à tous

(minimum 12 pers. - maximum 20 pers.)

Le qi gong des yeux est une pratique de santé remarquable issue de la médecine chinoise. Ce qi gong apaise la fatigue oculaire, améliore l'acuité visuelle, et augmente la santé générale.

En médecine chinoise traditionnelle, les yeux sont appelés « fenêtre du foie » et « miroir de l'âme et de l'intelligence ».

Ce qi gong des yeux agit également sur l'ensemble du corps humain.

Clôture des inscriptions au 20/02/2020



Marches XI XI HU

(accessible à tous)

Nous vous proposerons dans les parcs de nouveaux rendez-vous pour cette année 2020

Les 5 marches Xi Xi Hu sont liées aux 5 éléments et aux 5 organes. Elles calment les émotions et font circuler le Qi dans le corps.

(annulé si vents violents, pluie, neige)



ASSOCIATION TAO SHU ..15 Route de Riom, Ménérol 06 72 41 28 72

www.tao-shu.fr →