

## CONTENU des COURS

### Rennes

Renforcer l'énergie interne  
Qi libre, Intention et 5 animaux  
Transformer les muscles & tendons

### Nantes

Qi/Eau, 8 Trésors approfondis  
Qi libre, Intention et 5 animaux  
Étirements de Méridiens, Qi et +  
Pédagogie et Théorie Qi Gong .....

### Oléron en NATURE 5 jours

L'épée du Qi Gong  
Qi libre, Intention et 5 animaux

Coupon à compléter et adresser à  
**Arts Internes et Tradition**  
8 avenue d'Argeliers 34310 CRUZY

Je souhaite recevoir la documentation  
complète de la **Formation Qigong AIT**  
par courrier ou par mail

Nom .....

Prénom .....

Adresse .....

.....

Tél .....

Mail .....

## DATES

### Rennes

16 – 17 novembre  
08 – 09 février  
26 – 27 avril

### Nantes

14 – 15 décembre  
01 – 02 mars  
05 – 06 avril  
01 juin

### Oléron

du 28 juillet au 01 août

## HORAIRES des Cours W-E Pratique et Théorie

Samedi 14h - 16h30

17h - 19h

Dimanche 9h30 - 12h

14h - 16h

CONTACT : 06 28 32 54 98

06 78 40 67 80

[georges-saby@orange.fr](mailto:georges-saby@orange.fr)

[floriangillard81@hotmail.com](mailto:floriangillard81@hotmail.com)

## W-E et FORMATION QI GONG Arts Internes et Tradition



*Santé & Harmonie*

Nantes

Rennes

Atlantique

**2024 / 2025**

# 氣功

**Qi Gong** : une pratique corporelle chinoise ancestrale, basée sur la théorie de la Médecine chinoise traditionnelle et la conception taoïste de l'être humain en lien avec l'univers. Une discipline douce qui renforce et assouplit le corps, harmonise les fonctions vitales et apaise le mental.

## La Formation A.I.T.

### **Association Arts Internes et Tradition**

Une école de sensations internes et de techniques intériorisées par le contact direct en petit groupe. 3 experts formateurs expérimentés vous offrent leur enseignement théorique et pratique sur une durée d'étude de 3 ans minimum en compagnonnage.

## Pour qui ?

- Chaque stage de W-E et d'Eté est ouvert à toute personne désireuse de découvrir ou d'approfondir le Qi Gong. Aucune prédisposition particulière n'est nécessaire sinon le coeur ouvert et décidé à.... Pas d'âge limite.

- La Formation complète est plus particulièrement proposée aux personnes motivées par une évolution personnelle, une amélioration de la santé, ou une professionnalisation (préparation au diplôme fédéral)



## Nicolas JULLIEN

**Enseignant professionnel à Nantes**

Plus de 25 ans de pratique de Qi Gong, Tai Chi Chuan, Ba Gua Zhang, Kung Fu

**Fondateur** de l'École du Mouvement Interne

## Georges SABY

**Formateur professionnel**

45 ans de pratique

**Maître** en Qi Gong, Tai Chi Chuan

Ba Gua Zhang, Shiatsu et projection de Qi

**Auteur** du livre Qi Gong Universel

**Réalisateur** de 150 films, 20 DVD Qi Gong

## Florian GILLARD

**Enseignant Professionnel à Rennes**

Plus de 25 ans de pratique de Qi Gong, Tai Chi Chuan, Aikido, Xing Yi Quan, Tui Na

**Fondateur** de l'Ecole de Tai chi chuan et Arts Internes

## LES TARIFS

### 1 SEUL STAGE 140€

L'inscription à la Formation n'est pas obligée pour participer aux différents stages, excepté pour les cours théoriques & pédagogiques. Réduction possible dans des cas exceptionnels

### LA FORMATION QI GONG

5 W-E minimum + Stage Eté

Chaque W-E 140€ et Eté 280€

Inscription Formation 100 €

### LES PLUS de la FORMATION AIT

\* Pédagogie / Théorie Qi Gong en W-E

\* 1 journée de cours Pédagogie et spécificités Qi Gong

\* plusieurs cours de correction individuelle au séminaire d'ETE



[www.qigong-shiatsu.fr](http://www.qigong-shiatsu.fr)  
[www.abc-chi.com](http://www.abc-chi.com)