

Stage Qi Gong avec M^e Ming Yue

« Alchimie interne du Wudang »

Jeu. 19 > Dim. 22 Juin

Moulin d'Ozon
Ardèche 07

École de Qi Gong
Le Sourire Intérieur
COURS, STAGES & FORMATION
www.leqigong.fr



Stage de Qi Gong « Alchimie interne du Wudang » avec Maître Ming Yue et Luc Jouve du jeu. 19 au dim. 22 Juin 2025

Ardèche – Moulin d'Ozon (07200 Saint-Etienne de Fontbellon)

L'**alchimie taoïste du Wudang** fait référence à une pratique physique et spirituelle qui combine des éléments de la philosophie taoïste, de la méditation, des arts martiaux et de l'alchimie interne (Neidan). Le Wudang est une montagne sacrée en Chine, réputée pour être le lieu de naissance des arts martiaux taoïstes et de l'alchimie interne.

L'alchimie taoïste du Wudang est basée sur les principes fondamentaux du taoïsme, qui visent à cultiver la vitalité interne (Qi), à équilibrer les énergies Yin et Yang, à purifier l'esprit et à atteindre l'immortalité spirituelle. Cette pratique combine des exercices de respiration, des mouvements lents et fluides, des visualisations et des méditations pour aider à renforcer le corps et l'esprit.

La méditation joue un rôle essentiel dans l'alchimie taoïste du Wudang, car elle permet de calmer l'esprit, d'améliorer la concentration et de cultiver la force vitale interne. Les pratiquants apprennent également à travailler avec les méridiens énergétiques du corps, à utiliser les mudras (gestes des mains) et les visualisations pour améliorer le flux d'énergie et à éveiller leur potentiel intérieur.

Intervenant : Maître Ming Yue

Immergé dans la pratique des arts martiaux Taoïstes depuis son plus jeune âge, Maître Ming Yue excelle dans les arts internes que sont le Qi Gong, le Taiji Quan, le Xingyi Quan et le Bagua Zhang, à mains nues comme avec armes. Il a pratiqué de nombreuses années auprès du célèbre maître Tian Li Yun, héritier de la 15^e génération du style XuanWu de Wudang. Il est devenu son disciple à 15 ans. Maintenant héritier de la 16^e génération de Wudang XuanWu, il ouvre en 2012 sa propre école, avec son condisciple Liu Song. Il y enseigne les arts martiaux et la pratique Taoïste selon les principes du Taiji et du Tao, les deux éléments fondateurs de la culture de Wudang.

Date et heure de début et de fin de stage :

Début de stage le jeudi 19 Juin à 10h (possibilité d'arriver la veille le mercredi 18 de 17h30 à 19h30)

Fin de stage le dimanche 22 Juin à 14h

Stage Qi Gong « Alchimie interne du Wudang » : accessible aux débutants comme aux pratiquants. Nombre de participants : 20 à 30

Lieu et Horaires :

Moulin d'Ozon – 175 route de Gaude - 07200 Saint-Etienne de Fontbellon (Ardèche – proche Aubenas)

Temps de pratique : la matinée et l'après-midi - Déjeuner à 12h + dîner à 19h30 - Temps libre (rivière, marche, piscine, repos ...)

Matériel :

Zafu – tapis de sol – tenue ample et légère – pratique pieds nus, en chaussettes ou baskets souples (style martial) –du produit anti-moustique (au cas où) - lunettes de soleil et couvre-chef et crème solaire - votre plus beau sourire

Intervenant : LUC JOUVE - Professeur et formateur en Qi Gong

Professeur de Qi Gong diplômé de l'ITEQG (l'Institut Traditionnel d'Enseignement du Qi Gong) Formation ARTEC par C. Labigne (Certifié de l'Institut de Recherche sur le Qi Gong de Pékin) Formation Qi Gong Mystérieux de la Grande Ourse – Maître Wang Ming Quan (Yunnan-Chine) Formation spécialisée Qi Gong personnes âgées et personnes à mobilité réduite (ITEQG) Professeur de Qi Gong à l'École du Sourire Intérieur depuis 2016 Intervenant résidence Senior Domitys public personnes âgées depuis 2018 Pratiquant en Qi Gong depuis 2002

Tarif de l'enseignement (hors hébergement et restauration) **et réservation**

Tarif de base : 460€

Tarif pour réservation anticipée : 400€ si inscription avant le 28 février 2025

Tarif pour élèves et stagiaires du Sourire Intérieur : 400€

Plus d'infos : <https://leqigong.fr/stage-qi-gong-alchimie-interne-avec-maitre-ming-yue-juin-2025/>

Pour réserver votre hébergement en pension complète, rendez-vous ici :

<https://forms.gle/duhk9ygZmuwKjfef6>

Contact, informations et réservation :

Le Sourire Intérieur - Eric Bayoux - 06 30 76 77 88

Mail : luc@leqigong.fr – Site : www.leqigong.fr

Facebook : Ecole de Qi Gong - Le Sourire Intérieur : <https://www.facebook.com/qigongnimes>

Événement FB : <https://www.facebook.com/events/954579609561449>