

QI GONG DES ARBRES

“DING SHU GONG”

23 septembre 2025

13h00 – 16h30

Stage d'un demi-jour



Forêt de GALM – FR

Le Qi Gong des Arbres, Ding Shu Gong, est une pratique ancestrale qui permet d'entrer en lien avec les arbres et de se relier aux forces cosmiques présentes en eux. Forts, puissants, en contact avec les profondeurs de la terre, se reliant au ciel par leurs cimes, les arbres sont l'exemple parfait de la relation entre ciel et terre et tout ce qui les entoure.

Par des exercices spécifiques, nous apprendrons à imiter les arbres et à établir un lien subtil avec eux. Trouver l'arbre qui nous appelle, se ressourcer, soigner les 5 éléments en nous, cultiver le Qi qui nous relie, échanger avec les arbres...

STAGE OUVERT À TOUS

Prix : 80.– frs

En cas de mauvais temps, le stage sera reporté.

Inscriptions : rosa.fieschi@albera-dao.ch ou +41 76 588 29 30 – www.albera-dao.ch