



**Nouveau : Stage de découverte à Freiburg i B en français !
Samedi, 7. octobre 2017 à Freiburg/Allemagne**

Animé par la conceptrice de la méthode Gertrud Schröder, nommée aussi « Friedlicher Drache » ou « Long Ping » avec la participation pour la traduction en français de son élève, Anita Olland, par ailleurs Business et Executive Coach en français et allemand. Elle est une femme de terrain, d'expérience et de pratique le Qi gong, Kung Fu et Taiji depuis 34 ans et l'enseigne en France, Allemagne, Autriche et des endroits où elle est invitée.

Le Qi Gong Dancing : « la danse de l'énergie vitale » est une méthode développée et enseignée depuis 20 ans par Gertrud Schröder. Une méthode qui permet aussi d'apprendre à mieux se connaître et à se maîtriser en s'inspirant des quatre représentations animales.

Dans cette pratique, les exercices assurent progressivement une relaxation de tout le corps puisqu'ils induisent naturellement, automatiquement la libre circulation du Qi dans le corps et les méridiens d'énergie. **Une excellente pratique pour votre santé !**

Le Qigong Dancing, qu'on découvre, est une synergie entre des mouvements et regards occidentaux et orientaux. L'essence est l'interdépendance entre la posture corporelle, l'esprit et les émotions. La connexion entre santé et expression personnelle accompagne les exercices dans le développement des rencontres avec soi-même et les autres. Fondée sur une imprégnation des gestuelles des quatre „animaux symboles“, la pratique réveille l'attention consciente à notre mouvement corporel et manifeste nos capacités inconscientes oubliées.

Les exercices peuvent être pratiqués à tout âge et par toutes les personnes intéressées. Bien sûr aussi pour les gens qui sont des thérapeutes, professeurs à l'école..... Ce stage est une possibilité de découvrir cette méthode „Aide pour s'aider soi-même“.

Portez des vêtements confortables s.v.p. La participation au stage est sous la responsabilité de chacun.

Nouveau: Un livre avec DVD en allemand est sorti en juin 2017 et sera traduit en français en 2018.

Enseignement : Gertrud Schröder

Horaires : Samedi 14 – 17h

Lieu de manifestation: chez Anita Olland Lerchenstr. 30 79104 Freiburg

Tarif : 60€ prix spécial découverte

Accueil avec une soupe et du thé offerts vers 13h : Merci de nous faire savoir si vous prendrez part au repas « soupe d'accueil ».

Inscriptions : Gertrud Schröder, email: info@qigong-dancing.de
Tel. 00 49/761/471485.

Infos Complémentaires : Afin d'aller plus loin dans la compréhension et l'évolution de vos mécanismes personnels une ou des séances de coaching professionnel peuvent être proposées par Anita Olland suite à votre découverte ou votre pratique du Qi Gong Dancing :

www.anita-olland.com

Vous pouvez venir découvrir la méthode en participant à un cours du lundi soir à 18h45 à Freiburg i B : Prendre contact avec Gertrud pour cela par email

Règlement du stage :

Gertrud Schröder

Postbank

BIC: PBNKDEFF

IBAN: DE23 660100750337974752