

DÉCOUVERTE DE LA MÉDECINE CHINOISE

26 & 27 sept 2020

À Autrans
Institut XPEO



Un week-end de théorie
et de pratique

Concepts essentiels de
la médecine chinoise

Digitopuncture

Tai Chi XPEO

INSTITUT
XPEO
www.xpeo.fr

PROGRAMME

La médecine chinoise est un système médical à part entière. Médecine millénaire et holistique, elle considère que l'Homme et l'Univers ne font qu'un et que les grandes lois naturelles qui sous-tendent l'Univers s'appliquent à l'Homme également : l'Être humain est un microcosme en permanente adaptation au macrocosme universel.

Ce week-end de découverte de la médecine chinoise s'adresse à toute personne souhaitant appréhender les théories chinoises qui expliquent ces lois naturelles. Ce tour d'horizon permettra d'éclaircir certains concepts ou « mots chinois » fréquemment rencontrés au cours de lectures ou dans des pratiques physiques énergétiques (Tai Chi, Qi Gong...), pour enfin les comprendre et pouvoir faire des relations entre ces concepts.

Pour la pratique, il sera proposé des exercices XPEO en ouverture de chaque début de demi-journée et ainsi qu'un temps consacré à des manœuvres d'auto-soins (digitopuncture) à appliquer sur quelques petits maux courants.

NOTIONS ABORDÉES

- L'Homme entre Ciel et Terre
- Les 3 trésors – San Bao : Jing, Qi, Shen
- La théorie du Yin/Yang
- Les 5 mouvements
- La théorie des organes/entrailles
- La théorie des méridiens
- Les 3 Dan Tian

ANIMÉ PAR

Florence Bossan, praticienne en médecine chinoise

Paul Woo Fon, initiateur de la méthode XPEO

INSCRIPTION

130 € les 2 jours

Contacts : 06 23 63 41 20 • communication@xpeo.fr

Institut XPEO 929 route de la Sure 38880 Autrans

www.xpeo.fr